

Síndrome nefrótico

Nephrotic Syndrome

¿Qué es el síndrome nefrótico?

El síndrome nefrótico es una enfermedad en la que los riñones filtran mucha proteína a la orina. Los riñones funcionan como un colador de espaguetis: conservan lo bueno dentro del recipiente (los «espaguetis»: glóbulos rojos y proteínas sería lo bueno) y desechan lo inservible (exceso de agua, exceso de sal, desechos) por medio de la orina. En el síndrome nefrótico, los glomérulos, que son la parte de los riñones que se encargan de filtrar las sustancias, no funcionan bien y tienen pérdidas. Dejan que las proteínas salgan por la orina.

Algunas de las proteínas que se pierden trabajan en el cuerpo como esponjas. Ayudan a mantener el agua dentro de los vasos sanguíneos. Cuando las proteínas desaparecen de la sangre porque se van por la orina, el agua se filtra por los vasos sanguíneos. Este líquido luego se filtra por la piel y causa hinchazón. Las partes comunes del cuerpo que se hinchan son los ojos, los tobillos y el vientre.

La gente que tiene síndrome nefrótico tiene tres problemas principales:

- proteína en la orina;
- hinchazón;
- baja cantidad de proteína en la sangre.

¿Cuáles son las causas del síndrome nefrótico?

- Muchas enfermedades de los riñones causan el síndrome nefrótico. La causa más común en los niños se llama **nefropatía de cambios mínimos**. Nadie sabe cuáles son las causas de la nefropatía de cambios mínimos. Creemos que puede tener que ver con el sistema inmunológico. El sistema inmunológico normalmente combate las infecciones, pero en algunas personas también puede atacar los riñones. El síndrome nefrótico no es contagioso, por lo que no se puede «contagiar» de otra persona. La mayoría de los niños (80%) responden al tratamiento, lo cual es maravilloso. ***Pero esta enfermedad puede ser muy frustrante porque la mayoría de los niños que responden bien a la terapia vuelven a recaer. Estas recaídas a veces pueden ocurrir varias veces al año.***

¿Cómo se trata el síndrome nefrótico?

- El tratamiento principal es con una droga llamada **prednisona** (en tabletas) o **prednisolona** (en líquido). Pertenecen a una clase de drogas llamadas corticoesteroides. No es lo mismo que los esteroides que toman los fisiculturistas. Este es un medicamento que calma el sistema inmunológico.
- A veces los médicos recetan un **diurético** (píldora de agua) para ayudar con la hinchazón. El diurético hace que todo el líquido extra del cuerpo salga por la orina. La mayoría de los niños se pueden quedar en casa durante el tratamiento, pero algunos niños se tienen que quedar en el hospital unos días para reducir la hinchazón a través de medicamentos por vía intravenosa.

- Su hijo tomará estos medicamentos hasta que no haya más proteína en la orina. Luego tomará menores dosis del medicamento unas semanas más. Puede hacer una prueba de la orina de su hijo en casa para ver si hay presencia de proteínas. Vea las instrucciones al final de este documento. ¡Es fácil de hacer!
- Su hijo no debe recibir ciertas vacunas (inyecciones) mientras esté haciendo este tratamiento. No debe recibir vacunas de virus vivo tales como la varicela, la vacuna triple vírica (anti sarampión, paperas y rubeola) ni la vacuna contra la gripe en aerosol nasal. La mayoría de las demás vacunas están bien. Asegúrese de que el médico sepa que su hijo está tomando prednisona (esteroides) antes de que le den una vacuna.

El evitar las comidas saladas ayudará a reducir la inflamación. No agregue sal a las comidas de su hijo. Trate de darle a su hijo comidas con poca sal como frutas, verduras y carnes frescas. Evite las comidas saladas como las papitas fritas, los fiambres, la pizza, el queso, los fideos Ramen, básicamente la mayoría de los alimentos que vienen en lata o en paquetes. Es posible que los niños que tomen predniso(lo)na tengan mucho apetito. Dele a su hijo refrigerios sanos y bajos en grasa. Su hijo debe comer una cantidad normal de proteína. Su médico o nutricionista le puede decir más sobre las comidas con bajo contenido de sal y los refrigerios sanos.

- Los niños que tienen el síndrome nefrótico tienen un riesgo más alto de contraer infecciones, tanto por el síndrome nefrótico como por la prednisona (esteroides). Debe llamar al médico de su hijo **en seguida** si su hijo:
 - Tiene dolor de estómago.
 - Tiene fiebre (temperatura superior a 101° F o 38.5° C).
 - Está cerca de alguien que tiene varicela.

¿Va a volver la enfermedad?

- La mayoría de los niños que tienen síndrome nefrótico tendrán varios episodios durante sus vidas. Cuando el síndrome nefrótico regresa, se llama **recaída**. Estas recaídas se tratan con medicamentos como los de la primera vez. Las recaídas a menudo ocurren cuando el niño se enferma con un resfrío u otra enfermedad. A veces ocurren cuando el niño está bien. No sabemos cuáles son las causas de las recaídas. Las recaídas por lo general mejoran con el tratamiento, de la misma manera que con el primer episodio. La mayoría de los niños que tienen síndrome nefrótico dejarán de tener recaídas en sus años de adolescencia. Una pequeña cantidad de niños continuará teniendo recaídas de adultos.

¿Mi hijo necesitará una biopsia de los riñones?

- Una biopsia es cuando un médico del riñón usa una aguja hueca y larga que atraviesa la piel de la espalda para sacar un trocito pequeñito de riñón. Este trocito luego se examina bajo el microscopio. La mayoría de los niños que tienen síndrome nefrótico **no** necesitan una biopsia del riñón. Su médico podrá sugerir una biopsia del riñón si:
 - Su hijo tiene muchas recaídas.
 - Su hijo no mejora con el tratamiento.
 - Su médico piensa que el niño puede tener una enfermedad aparte de la nefropatía de cambios mínimos.

¿Mi hijo siempre tendrá que tomar medicamentos?

- La mayoría de los niños pueden dejar de tomar prednisona después de mejorarse. Debe solamente dejar de darle el medicamento cuando su médico le indique. Es muy importante tomar el medicamento de la manera que el médico lo haya recetado. Si deja de darle la prednisona de repente, su hijo se puede enfermar mucho. Si necesita más medicamento, llame al consultorio del médico y se lo podremos recetar en seguida.
- Su hijo tendrá que comenzar a tomar la prednisona de nuevo si tiene una **recaída** en el futuro.
- Si su hijo tiene muchas recaídas, es posible que necesite un tratamiento diferente para ayudar a prevenir las recaídas. Hay varios medicamentos disponibles que el médico del riñón le puede recomendar.

¿El síndrome nefrótico causa insuficiencia renal?

- La mayoría de los niños que tienen síndrome nefrótico nunca presentan insuficiencia renal. Casi nunca necesitan diálisis ni trasplante de riñón, aunque una pequeña cantidad de niños sí los necesitan. Es importante ver a un médico con regularidad, ya que el médico podrá observar las señales tempranas de problemas del riñón (presión alta, no crecer lo suficientemente alto) y le dirá de los posibles tratamientos.

Las tiras reactivas cuestan \$14 las 100 tiras en Amazon. Busque «*urine reagent strips for urinalysis*» en el sitio web de amazon.com.

Solamente observará el cuarto cuadrado al final, el que combina con la palabra «PRO» en la botella.

Si es amarillo, no hay proteína.

Si es verde claro, hay «15» de proteína o «indicios» de proteína.

Si es un verde más oscuro, hay «30» de proteína o «1+».

Si es un verde más oscuro, hay «100» de proteína o «2+».

Si es el verde más oscuro, hay «300» de proteína o «3+».

Aquí está el enlace de un video de un médico que describe cómo hacer una prueba de orina en casa:

Busque en YouTube «*testing urine for protein and glucose*».

*Translated by UNC Health Care Interpreter Services, 09/23/16
Modified by UNC Kidney Center June 2017, with permission by Robert S. Gillespie Copyright 2007.*