

Manteniendo saludable su riñón restante

Los riñones son órganos vitales responsables de filtrar los productos de desecho de la sangre, controlar la presión arterial, y estimular la producción de glóbulos rojos. El tratamiento para el cáncer infantil a veces requiere la extirpación de un riñón (nefrectomía). Aunque usted puede vivir una vida saludable con sólo un riñón, es importante que tome medidas para proteger su riñón restante con el fin de mantenerlo lo más saludable posible.

¿Qué seguimiento se recomienda?

- **Hágase un chequeo médico cuando menos una vez al año.** Este debe incluir una revisión de la presión arterial y prueba de orina.
- **Hágase una prueba de sangre para verificar la función renal (BUN, creatinina) y los electrolitos (sales y minerales en la sangre) en su primera visita de seguimiento a largo plazo** (por lo menos 2 años después de terminar el tratamiento del cáncer) y después pruebas cada año para controlar la función renal.
- Si usted tiene presión arterial alta, proteína en la orina, u otros signos de empeoramiento de los problemas renales, debe hacerse una **evaluación a cargo de un nefrólogo** (especialista en riñones).

¿Qué puedo hacer para mantener mi riñón sano?

- **Beba mucha agua**, especialmente cuando haga deportes, mientras esté en el sol, y cuando haga calor.
- **Llame a su médico de inmediato si usted tiene síntomas de una infección del tracto urinario** (ardor al orinar, orinar con más frecuencia de lo habitual, y / o tener una sensación urgente de orinar).
- **Consulte con su profesional médico o farmacéutico antes de tomar cualquier medicamento nuevo** (recetado, sin receta o herbal). Asegúrese de que su proveedor de atención médica o farmacéutico sabe que usted tiene solo un riñón.
- **Use los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos con precaución.** Estos incluyen medicamentos para el dolor, la fiebre (de venta libre o con receta médica) que contienen aspirina, ibuprofeno o naproxeno. Es sabido que estos medicamentos causan daño renal (nefropatía por analgésicos), especialmente cuando se toman en dosis excesivas o durante largos periodos de tiempo (más de 10 días). Si necesita medicamentos a largo plazo para el manejo del dolor, asegúrese de discutir las alternativas con su proveedor de atención médica, y de elegir los medicamentos que no sean seguros para su riñón.
- **La actividad física, que incluye los deportes, es buena para su salud.** Las lesiones renales debido a los deportes son poco comunes, y cuando ocurren, es raro que causen daño permanente o pérdida del riñón. En general, la mayoría de la actividad física presenta poco o ningún riesgo para el riñón y es muy recomendable mantener una buena salud general. Hable con su médico sobre su salud renal para que le ayude a decidir si participa en algunos deportes.

Viviendo saludable después del tratamiento para el cáncer infantil, cáncer en adolescentes o en adultos jóvenes

- **Las lesiones renales graves son poco frecuentes.** Cuando se producen, normalmente son causadas por accidentes de tráfico, vehículos de todo terreno, y caídas. Para proteger su riñón restante, cuando viaje en un vehículo, siempre use el cinturón de seguridad correctamente. Los cinturones de seguridad que se ajustan sobre la falda deben usarse a través de las caderas, no alrededor de la cintura. Si usted está involucrado en un accidente y sospecha de una lesión renal, busque atención médica de inmediato.

¿Hay otros factores de riesgo para problemas renales?

Ciertos tratamientos para el cáncer infantil pueden causar problemas en los riñones. Estos incluyen radiación al riñón, la quimioterapia que puede afectar al riñón (cisplatino, carboplatino y / o ifosfamida), otros medicamentos que pueden afectar al riñón (ciertos antibióticos o medicamentos utilizados para el tratamiento de la enfermedad de injerto contra huésped) o trasplante de células hematopoyéticas (TCH). Además, otros factores de riesgo que pueden aumentar el riesgo de problemas renales incluyen las condiciones médicas, como la presión arterial alta o diabetes, problemas del tracto urinario, como las infecciones urinarias frecuentes, el reflujo de orina en los riñones, o extirpación de la vejiga (cistectomía). Si usted tiene alguno de estos factores de riesgo, por favor lea el Enlace de la Salud relacionado, “La Salud de los Riñones.”

Escrito por Wendy Landier, PhD, CPNP, Children’s Hospital of Alabama, Birmingham, AL.

Corregido por Maki Okada, CPNP, FNP-BC, CPON®, Miller Children’s and Women’s Hospital Long Beach, Long Beach, CA.

Revisado por Kayla L. Foster, MD, MPH; y Melissa Acquazzino, MD, MS.

Traducido por Claudia Cornejo, BA y Sonia Dupré, PhD, Baylor College of Medicine, Houston, TX.

Traducción revisada por Ricardo J. Flores, MD, Baylor College of Medicine, Houston, TX; Monica Gramatges, MD, Baylor College of Medicine, Houston, TX; Julie A. Wolfson, MD, MSHS, Children’s Hospital of Alabama, Birmingham, AL; y Isaac Martinez, BA, Institute of Cancer Outcomes and Survivorship, University of Alabama at Birmingham, Birmingham, AL.

Baylor College of Medicine desea reconocer el apoyo de traduciendo los “Health Links” al Español que fue provisto por una subvención generosa del Cancer Prevention Research Institute of Texas (CPRIT) Numero de Subvención PP130070.

Podrá encontrar información médica adicional para los sobrevivientes al cáncer infantil en www.survivorshipguidelines.org

Nota: En esta serie denominada *Health Links* (*enlaces de salud*), el término “cáncer infantil” se utiliza para designar cánceres pediátricos que pueden manifestarse durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana. *Health Links* está diseñado para proporcionar información médica de los sobrevivientes de cáncer pediátrico, independientemente de si el cáncer se produjo durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana.

Exención de responsabilidad y aviso de derechos de propiedad

Introducción a las directrices de efectos tardíos y *Health Links*: Las pautas de seguimiento a largo plazo para sobrevivientes de cáncer en la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana, así como los *Health Links* que las acompañan, fueron desarrollados por *Children’s Oncology Group* (Grupo de Oncología Infantil) como un esfuerzo colaborativo de *Late Effects Committee* (Comité de Efectos Tardíos) y *Nursing Discipline* (Disciplina de Enfermería), y las mantiene y actualiza *Children’s Oncology Group’s Long-Term Follow-Up Guidelines Core Committee* (Comité de Pautas Básicas de Seguimiento a Largo Plazo y sus grupos de trabajo asociados).

Para pacientes con cáncer (si son niños, sus padres o tutores legales): Consulte a un médico u otro proveedor de la salud calificado si tiene preguntas sobre una afección médica y no se base en el Contenido Informativo. *Children’s Oncology Group* es una organización de investigación y no proporciona atención ni tratamiento médico individualizado.

Viviendo saludable después del tratamiento para el cáncer infantil, cáncer en adolescentes o en adultos jóvenes

Para médicos y otros proveedores de atención médica: El Contenido Informativo no está destinado a sustituir su juicio clínico independiente, asesoramiento médico ni a excluir otros criterios legítimos para la selección, el asesoramiento médico o la intervención para complicaciones específicas del tratamiento contra el cáncer infantil. El Contenido Informativo tampoco pretende excluir otros procedimientos de seguimiento alternativos razonables. El Contenido Informativo se proporciona como cortesía, pero no como única fuente de orientación para la evaluación de los sobrevivientes al cáncer infantil. *Children's Oncology Group* reconoce que las decisiones específicas de atención al paciente le corresponden al paciente, a la familia y al proveedor de atención médica.

El Contenido Informativo, *Children's Oncology Group* o una parte afiliada o un miembro de *Children's Oncology Group* no avalan ninguna prueba, producto o procedimiento específicos.

Ausencia de alegaciones de exactitud o integridad: Aunque *Children's Oncology Group* ha hecho todo lo posible por garantizar que el Contenido Informativo sea preciso y completo a partir de la fecha de publicación, no se ofrece ninguna garantía o declaración, expresa o implícita, en cuanto a la exactitud, confiabilidad, integridad, relevancia u oportunidad de dicho Contenido Informativo.

Ausencia de responsabilidad por parte de *Children's Oncology Group* y las partes relacionadas/acuerdo de indemnización e indemnidad para *Children's Oncology Group* y las partes relacionadas: Ni *Children's Oncology Group* ni ninguna parte afiliada o miembro de este asume ninguna responsabilidad por daños derivados del uso, la revisión o el acceso al Contenido Informativo. Usted acepta los siguientes términos de indemnización: (i) las "Partes Indemnizadas" incluyen a los autores y colaboradores del Contenido Informativo, todos los funcionarios, directores, representantes, empleados, agentes y miembros de *Children's Oncology Group* y las organizaciones afiliadas; (ii) al utilizar, revisar o acceder al Contenido Informativo, usted acepta, a su cargo, indemnizar, defender y mantener indemne a las Partes Indemnizadas de cualquier pérdida, responsabilidad o daño (incluidos los gastos y honorarios de los abogados) derivados de cualquier reclamo, acción legal, litigio, procedimiento o demanda relacionados con o derivados del uso, la revisión o el acceso al Contenido Informativo.

Derechos de propiedad: El Contenido Informativo está sujeto a protección en virtud de la ley de derechos de autor y otras leyes de propiedad intelectual en los Estados Unidos y en todo el mundo. *Children's Oncology Group* conserva derechos de autor exclusivos y otros derechos personales y reales sobre el Contenido Informativo y reclama todos los derechos de propiedad intelectual disponibles en virtud de la ley. Por la presente, usted acepta ayudar a *Children's Oncology Group* a asegurar todos los derechos de autor y derechos de propiedad intelectual en beneficio de *Children's Oncology Group* mediante la adopción de medidas adicionales en un momento posterior, lo que podría incluir la firma de consentimientos y documentos legales y limitar la difusión o reproducción del Contenido Informativo.