

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 análisis 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** (cuando menos 2 años después de terminar el tratamiento del cáncer). Si se detectan problemas, siga las recomendaciones de su médico.
- 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, paracetamol o naproxeno. Es sabido que estos medicamentos causan daño renal (nefropatía por analgésicos), especialmente cuando se toman en dosis excesivas o cuando dos o más de estos medicamentos se combinan con cafeína o codeína y se toman durante largos períodos de tiempo. 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 perjudiciales 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.
- **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, metotrexato y / o ifosfamida), u otros medicamentos que pueden afectar al riñón (ciertos antibióticos o medicamentos utilizados para el tratamiento de la enfermedad de injerto contra huésped). Además, otros factores de riesgo que pueden aumentar el riesgo de

Viviendo Saludable Después del Tratamiento para el Cáncer Infantil

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, RN, PhD, CPNP, CPON®, Survivorship Clinic, City of Hope National Medical Center, Duarte, CA.

Corregido por Maki Okada, CPNP, FNP-BC, CPON®, LIFE Program, Children's Center for Cancer and Blood Diseases, Children's Hospital, Los Angeles, CA.

Revisado por Smita Bhatia, MD, MPH; Daniel Green, MD; Rebecca L. Pentz, PhD; Melissa M. Hudson, MD; Kevin Oeffinger, MD; Michael L. Ritchey, MD; y Josee Pacifico RN, BSc(N).

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

Información de salud adicional para los sobrevivientes de cáncer infantil está disponible en
www.survivorshipguidelines.org

Nota: A través de esta serie de "Health Links," el termino "cáncer infantil" es usado para designar cánceres pediátricos que pueden ocurrir durante la niñez, adolescencia o juventud. Las Health Links son diseñadas para dar información a sobrevivientes del cáncer pediátrico ya sea que el cáncer haya ocurrido durante la niñez, adolescencia o juventud adulta.

Advertencia y Notificación de los Derechos de Propiedad

Introducción a los Efectos a largo plazo y las Health Links: El "Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers" y las "Health Links" que lo acompañan fueron creados y desarrollados por el Children's Oncology Group en colaboración con el comité de Late Effects Committee and Nursing Discipline.

Para propósitos informativos: La información y el contenido de cada documento o series de documentos que han sido creados por el Children's Oncology Group relacionados con los efectos a largo plazo del tratamiento y cuidado del cáncer o conteniendo el título "Long-Term Follow-Up Guidelines for Survivors of Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancers" o con el título de "Health Link", ya sea en formato escrito o electrónico (incluyendo todo formato digital, transmisión por correo electrónico, o descargado de la página de internet), será conocido de ahora en adelante como "Contenido Informativo". Todo Contenido Informativo debe ser usado con el propósito de informar solamente. El Contenido Informativo no debe sustituir el consejo medico, cuidado medico, diagnosis o tratamiento obtenido de un doctor o un proveedor de salud.

A los Pacientes que sufren de Cáncer (si son menores de edad, a sus padres o guardianes legales): Por favor busque el consejo medico o de algún otro proveedor de salud calificado con cualquier pregunta que tenga acerca de alguna condición de salud y no se base solamente en el Contenido Informativo. El Children's Oncology Group es una organización de dedicada a la investigación medica y no provee de ningún tratamiento o cuidado medico al individuo.

A los doctores y otros proveedores de salud: El Contenido Informativo no esta diseñado para sustituir su juicio clínico independiente, consejo medico, o para excluir otro criterio legitimo para la detección, consejería, o intervención para complicaciones específicas o el tratamiento del cáncer infantil. Asimismo el Contenido Informativo no debe excluir otras alternativas razonables a los procedimientos de cuidado de salud. El Contenido Informativo es proveído como una cortesía, pero no debe ser usado como la única guía en la evaluación de un sobreviviente de cáncer infantil. El Children's Oncology Group reconoce que ciertas decisiones concernientes el paciente son la prerrogativa del paciente, su familia, y su proveedor de salud.

Ningún respaldo de exámenes, productos, o procedimientos específicos es hecho el Contenido Informativo, el Children's Oncology Group, o cualquier otra institución o miembro de el Children's Oncology Group.

Ningún reclamo en cuanto a la competencia: Aunque el Children's Oncology Group ha hecho todo lo posible por asegurar que el Contenido Informativo sea correcto y este completo cuando es publicado, ninguna garantía o representación, expresa o implicada, es ofrecida en cuanto a la certeza o relevancia del dicho Contenido Informativo.

No hay obligacion o consenso de parte del Children's Oncology Group y sus afiliados a indemnizar. Esto protege al Children's Oncology Group y sus afiliados: Ninguna obligación es asumida por el Children's Oncology Group sus afiliados o miembros por daños que sean el resultado del uso, revisión, o acceso al Contenido Informativo. Usted esta sujeto a los siguientes términos de indemnización: (i) "Agentes Indemnizados" incluye a los

Viviendo Saludable Después del Tratamiento para el Cáncer Infantil

autores y contribuidores al Contenido Informativo, todos los oficiales, directores, representantes, empleados, agentes y miembros del *Children's Oncology Group* y sus afiliados; (ii) A usar, revisar o acceder el Contenido Informativo, usted esta de acuerdo, a indemnizar, con sus recursos, defender y proteger de todo daño a los Agentes Indemnizados de toda perdida, obligación, o daños (incluyendo el costo de abogados) resultando de cualquier y todos los reclamos, causas de acción, demandas, procedimientos, o demandas relacionadas a o a causa de la revisión o acceso al Contenido Informativo.

Derechos de Propiedad: El Contenido Informativo esta sujeto a protección bajo las leyes de copyright y otras leyes que protegen la propiedad intelectual en los Estados Unidos y en el mundo entero. El *Children's Oncology Group* retiene los derechos de copyright exclusivos y otros derechos, títulos, e intereses al Contenido Informativo y reclama todos los derechos de propiedad bajo la ley. De ahora en adelante usted esta de acuerdo en ayudar a el *Children's Oncology Group* a asegurar todos los derechos de copyright y propiedad intelectual para el beneficio del *Children's Oncology Group* tomando alguna acción adicional en una fecha futura, acciones que incluyen firmar formas de consentimiento y documentos legales que limitan diseminación o reproducción del Contenido Informativo.