

¿Tiene usted enfermedad en los riñones? Hágase esta encuesta para saber su puntuación

¿Tiene una enfermedad crónica en los riñones ahora? Marque cada afirmación que corresponda con usted. **Si una afirmación no corresponde con usted o usted no esta segura o seguro**, ponga un cero. Luego sume todos los puntos para dar con el total.

Edad	Puntos
Tengo entre 50 y 59 años	Sí 2 _____
Tengo entre 60 y 69 años	Sí 3 _____
Tengo 70 años o mas	Sí 4 _____
<hr/>	
Soy mujer	Sí 1 _____
<hr/>	
Tengo o tuve anemia	Sí 1 _____
Tengo o tuve presión alta (hipertensión)	Sí 1 _____
Tengo diabetes	Sí 1 _____
<hr/>	
Tengo una historia de ataques al corazón o derrame cerebral	Sí 1 _____
Tengo una historia de falla congestiva cardiaca o falla cardiaca	Sí 1 _____
<hr/>	
Tengo problemas de circulación en mis piernas	Sí 1 _____
Tengo proteína en mi orina	Sí 1 _____

PUNTUACIÓN TOTAL

**Si su puntuación total es de 4 o más:**

Usted tiene una probabilidad de 1 en 5 de tener una enfermedad crónica en los riñones. En su próxima visita al doctor, hágase una simple prueba de sangre. Sólo un profesional médico puede determinar con certeza si usted tiene una enfermedad en los riñones.

**Si su puntuación total es entre 0 y 3 puntos:**

Probablemente usted no tiene ahora una enfermedad en los riñones. Pero al menos una vez al año usted debería hacerse esta encuesta.



UNC  
KIDNEY CENTER

*Improving Care Through Discovery and Education*

**SC**creening for **O**ccult **RE**nal **D**isease (SCORED): a simple prediction model for chronic kidney disease. Bang H, Vupputuri S, Shoham DA, Klemmer PJ, Falk RJ, Mazumdar M, Gipson D, Colindres RE, Kshirsagar AV Arch Intern Med. 2007 Feb 26; 167(4):374-81. Copyright©(2007), American Medical Association. All rights reserved.

*Recuerde preguntar...¿doctor, cómo están mis riñones?*™

## ¡Hágase Éstas Pruebas!

### **Cuál Prueba: Proteína en la orina**

**Por Qué:** Proteína o albúmina en la orina (albuminuria) es una señal temprana de enfermedad crónica en los riñones.

**Niveles Normales:** El nivel normal de albúmina es menos de 30 mg/gramo de creatinina en la orina.

### **Cuál Prueba: Creatinina en la Sangre**

**Por Qué:** Riñones saludables filtran y desechan creatinina (producto de los músculos) de la sangre. Cuando la función de los riñones baja, los niveles de creatinina suben.

**Niveles Normales:** El nivel normal de creatinina en la sangre es de 0.6 a 1.2 mg/dl.

### **Cuál Prueba: Índice Estimado de Filtración Glomerular (eGFR)**

**Por Qué:** Ésta es la prueba más efectiva para medir la función de los riñones. Se calcula usando la creatinina en la sangre, edad, raza y sexo.

**Niveles Normales:** El nivel normal de filtración glomerular es más de 90mg/min/1.732. Niveles de 60-89 deben ser vigilados por un doctor o trabajador de la salud.

### **Factores riesgo para enfermedad de los riñones:**

- Diabetes
- Presión alta (hipertensión)
- Enfermedades del corazón
- Colesterol alto
- Obesidad
- Familiares con enfermedad de los riñones.
- Fumar
- Afroamericano, Indio Americano, o Hispano
- Edad mayor

<http://www.unckidneycenter.org>