

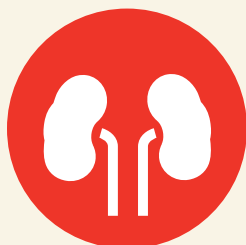
# Pruebas de salud renal



Es importante saber si los riñones funcionan como deberían.

Las personas que padecen diabetes deben someterse a un control de los riñones, al menos, una vez al año. Consúltale a tu profesional de la salud sobre las pruebas que existen para controlar tu salud renal.

## Cómo la diabetes podría afectar tus riñones



La hipertensión arterial podría dañar los vasos sanguíneos de los riñones, lo que dificulta su trabajo. Con el tiempo, los riñones pierden la capacidad de filtrar los desechos de la sangre, lo que provoca que la proteína que se encuentra en la sangre se filtre y pase a la orina. Esta proteína se denomina *albuminuria*.

La enfermedad renal no siempre se puede detener, pero cuando se detecta de manera temprana, podría haber tratamientos disponibles que permitan ralentizar los daños. Por este motivo, es importante acudir a controles de los riñones tan a menudo como lo recomiende tu profesional de la salud.

## Control de la salud renal

Tu profesional de la salud puede realizar un seguimiento de tu salud renal mediante diferentes tipos de pruebas, como las siguientes:

Nombre de la prueba	En qué consiste
<b>Proteína en orina</b> (también llamada <i>prueba de albuminuria</i> )	Comprueba si hay pequeñas cantidades de una proteína, llamada <i>albúmina</i> , en la orina. La presencia de esta podría ser un signo de enfermedad renal.
<b>Creatinina sérica</b> (CRE-a-ti-ni-na-SE-ri-ca)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Permite comprobar el nivel de creatinina en la sangre.</li><li>• Verifica si hay un producto residual en la sangre llamado creatinina. Normalmente, los riñones la filtran de la sangre. Cuando los riñones no funcionan ni filtran como deberían, la sangre presenta niveles altos de creatinina.</li></ul>

Consulta el otro lado de la hoja →



## Seguimiento de tus resultados

Consulta a tu profesional de la salud sobre los resultados de tus pruebas. Escríbelos en los siguientes cuadros o realiza un seguimiento en un calendario o diario. Esto podría ayudarte a comprender cómo tu salud renal está cambiando con el tiempo.

Nombre de la prueba	Mis resultados	Resultados normales	Qué pueden indicar los resultados
Prueba de proteína en orina	Fecha: _____ Resultados: _____ mg <sup>†</sup>	Inferior a 30 mg*	Un resultado de 30 mg o superior puede ser un signo de enfermedad renal.
Prueba de creatinina sérica	Fecha: _____ Resultados: _____ mg/dl <sup>†</sup>	<b>Para hombres:</b> Entre 0.7 y 1.4 mg/dl <b>Para mujeres:</b> Entre 0.6 y 1.0 mg/dl	Cuando los riñones no funcionan bien, los niveles de creatinina en la sangre aumentan.

\*Recomendaciones del 2021 de la Asociación Americana de la Diabetes.

<sup>†</sup>mg significa miligramos. mg/dl significa miligramos por decilitro.

## ¿Qué es la GFR?

La sigla GFR viene del inglés y significa tasa de filtración glomerular (glomerular filtration rate). La GFR ayuda a tu profesional de la salud a comprender qué tan bien tus riñones eliminan los desechos de la sangre.

### ¿Qué significan los números de GFR<sup>‡</sup> para la función renal?



<sup>‡</sup>La unidad de medida para la GFR es ml/min/1.73 m<sup>2</sup> del área de superficie corporal.

<sup>§</sup>Recomendación del 2021 de la Asociación Americana de la Diabetes.

### Mis Resultados

Fecha: \_\_\_\_\_ Resultados de la GFR: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Resultados de la GFR: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Resultados de la GFR: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Resultados de la GFR: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Resultados de la GFR: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Resultados de la GFR: \_\_\_\_\_



Para obtener más información sobre la salud renal, visita el sitio web de la Fundación Nacional del Riñón en [www.kidney.org](http://www.kidney.org). Para obtener más información, llama al 1-800-622-9010.

# Tests for kidney health



It's important to know whether your kidneys are working the way they should.

People with diabetes should get their kidneys checked at least once a year. Ask your healthcare provider about tests to check your kidney health.



## How diabetes may affect your kidneys

High blood pressure may damage the blood vessels of the kidneys, making your kidneys work harder. Over time, the kidneys are less able to filter waste from your blood causing protein in the blood leaks into the urine. This is called *albuminuria* (al-BYOO-mih-NOR-ee-ah).

Kidney disease cannot always be stopped, but when found early, there may be treatments to slow down the damage. That's why it's important to have your kidneys checked as often as your healthcare provider recommends.

## Checking for kidney health

Your healthcare provider can track your kidney health using different types of tests, such as:

Name of test	What it does
<b>Urine protein</b> (also called an <i>albuminuria test</i> )	Checks for small amounts of protein, called <i>albumin</i> , in your urine. This may be a sign of kidney disease.
<b>Serum creatinine</b> (SEE-rum kree-AT-ih-noon)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Checks for creatinine in the blood.</li><li>• Checks for a waste product in the blood called creatinine. Normally, the kidneys filter it from the blood. When the kidneys don't work or filter like they should, your blood has too much creatinine.</li></ul>

See other side 



## Keeping track of your results

Ask your healthcare provider for your test results. Write them down in the charts below or keep track in a calendar or diary. This may help you understand how your kidney health is changing over time.

Name of test	My results	Normal results	What results may mean
Urine protein test	Date: _____ Results: _____ mg <sup>†</sup>	Below 30 mg*	A result of 30 mg or higher may be a sign of kidney disease.
Serum creatinine test	Date: _____ Results: _____ mg/dL <sup>†</sup>	<b>For men:</b> 0.7 to 1.4 mg/dL <b>For women:</b> 0.6 to 1.0 mg/dL	When kidneys aren't working well, creatinine in the blood goes up.

\*American Diabetes Association 2021 recommendations.  
<sup>†</sup>mg means milligrams. mg/dL means milligrams per deciliter.

## What is GFR?

GFR stands for glomerular (glo-MEHR-yoo-lur) filtration (fil-TRAY-shun) rate. The GFR helps your healthcare provider understand how well your kidneys are removing waste products from your blood.

### What do the GFR<sup>‡</sup> numbers mean for kidney function?

<b>90 or above</b> Normal range	<p>Damage may occur even at normal range.</p> <p>You may need to see a <i>nephrologist</i> (kidney doctor). You may also need more frequent tests to check kidney function.</p> <p>Kidney failure.<sup>§</sup> Your healthcare provider may discuss options such as dialysis or a kidney transplant.</p>
<b>60-89</b> Slightly low	
<b>45-59</b> Somewhat low	
<b>30-44</b> Pretty low	
<b>15-29</b> Extremely low	
<b>Below 15</b>	

### My Results

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

Date: \_\_\_\_\_ GFR Results: \_\_\_\_\_

---

<sup>‡</sup>The unit of measurement for GFR is mL/min/1.73 m<sup>2</sup> body surface area.  
<sup>§</sup>American Diabetes Association 2021 recommendation.



For more information on kidney health, visit the National Kidney Foundation website at [www.kidney.org](http://www.kidney.org). For more information call 1-800-622-9010.

