

Vivir en Almería

Formación para mejorar la calidad de vida de los enfermos renales

La Asociación Alcer enseña a afectados, familiares y cuidadores la importancia de la prevención y continuidad de los cuidados personales, así como los hábitos alimenticios para una correcta nutrición

José Manuel Quesada / ALICER

¿Qué ocurre cuando un enfermo renal llega a casa tras recibir atención hospitalaria o en centros de diálisis? ¿Quién le presta los cuidados necesarios para convivir cada día con su patología crónica? Para responder a estas cuestiones, la Asociación para la Lucha Contra los Enfermos Renales -Alcer- ha puesto en marcha un taller formativo en asociación, organizado por la Federación Andaluza con la colaboración de la Consejería de Salud, la Fundación Mapfre, y la Fundación Álvarez de Toledo, teniendo carácter gratuito ya que recorre los diversos territorios andaluces.

Es necesario acercar los cuidados a la población, proporcionar le herramientas y conocimientos para ello, manifestó Edoardo Alejandro Sánchez, médico que trabajó a cargo de la atención del paciente renal en la prevención y continuidad de cuidados en la



Profesionales de la Federación Andaluza y de la delegación almeriense de Alcer que participan en el taller de atención a cuidadores y familias.

9.000

EN TRATAMIENTO

Cerca de 9.000 personas se encuentran en tratamiento renal sustitutivo en la comunidad andaluza

enfermedad renal crónica. "Hay que acercar los cuidados a la población proporcionándole herramientas y conocimientos con el objetivo de dar estabilidad a los cuidados de personas con enfermedades crónicas. Cuando hablamos de estos cuidados nos referimos a la prevención de complicaciones, a mejorar los síntomas y las molestias, mejorar el estado de ánimo y la aceptación de la enfermedad, seguir aconsejados tras salir y cumplir deberes a domicilio, a los cuidados de heridas quirúrgicas, asegurar una dieta adecuada, y cumplir el tratamiento médico".

La segunda línea de actuación de este taller formativo, dirigido no sólo a afectados por esta patología, sino también a familiares y cuidadores, se centró en la sustrucción de los enfermos renales con la reproducción de los distintos grupos de atención y los contenidos tanto para quienes se encuentran en fase de diálisis y cómo recibir atención médica especializada, como para quienes han recibido un trasplante.

Pilar García Margallo, nutri-



Afectados, familiares y cuidadores durante la experiencia formativa.

Alcer presta atención directa a enfermos y familiares desde 1981

José Félix Muñoz presta la delegación almeriense de Alcer una asociación que comenzó sus actividades en 1981 con los objetivos de fomentar el conocimiento sobre la enfermedad renal y su prevención, la atención directa al colectivo de personas afectadas, y la concienciación sobre la atención de después en la provincia almeriense. Para José Félix, el principal ob-

jetivo es "sensibilizar a las personas afectadas de patología renal de la importancia que tienen el cuidado personal y los hábitos alimenticios como complementos de su tratamiento, así como fomentar la prevención de la insuficiencia renal en otros grupos de riesgo". Se consideran acciones, actividades y luchas para conseguir mejorar la calidad de vida de todos

de la población "11.440 personas sometidas para enfermos renales crónicos" fue la encargada de llevar a cabo la exposición en esta muestra, "con la finalidad de que en cada asociación haya dos personas formadas que puedan solucionar dudas e inquietudes relacionadas con el día a día del paciente".

Para conseguir una correcta alimentación en la enfermedad renal es muy importante aprender a manejar los alimentos y obtener de ellos los nutrientes necesarios, en la cantidad y proporción adecuada a cada situación.

"El organismo obtiene de los alimentos la energía y los nutrientes para desarrollar las actividades diarias. Los alimentos son muy importantes, son transformados y se generan unos nutrientes de desecho que son eliminados, principalmente, por el riñón y por el tubo digestivo. Además, el riñón actúa regulando la concentración de otros nutrientes como son el sodio, potasio, fósforo, agua, etc. Si el riñón no funciona de manera adecuada, todos estos productos se acumulan y aumentan los niveles que son".

El objetivo que se pretende es ayudar a los enfermos renales para que puedan gozar de la calidad y puedan confiar en que no están desaprovechando sus recursos

MESES SEMANALES

La nutricionista Pilar García Margallo es autora de un libro con 11.440 recetas para enfermos renales crónicos

en un mes. Un libro fundamentado, afirma García Margallo, real de en la elaboración de las recetas, ya que la manipulación de los alimentos también contribuye a la prevención de nuevos síntomas.

La asociación almeriense cuenta con el apoyo de la Federación Andaluza, creada en 1987 con el objetivo fundamental de mejorar la calidad de vida global, física y subjetiva, de las personas que padecen enfermedad renal crónica en la comunidad andaluza y prestarles una atención integral en sus niveles biológico, psicológico y social mediante el desarrollo de múltiples programas y actividades como educación sanitaria, atención integral por parte de equipos multidisciplinarios, ayuda a domicilio, impulso al empleo, formación y adaptación a las nuevas tecnologías, voluntariado, y difusión