

CRÉDITOS



**Universidad
Santander**

Reacreditación Institucional por el CONEAUPA según Resolución 20
publicada en Gaceta Oficial el 04/01/2023 - República de Panamá

**Guía educativa elaborada para fortalecer la
adherencia al tratamiento de Hemodiálisis.**

UNIVERSIDAD SANTANDER
Facultad de Ciencias de la Salud
**Maestría en Administración de los Servicios
de Salud**

Autores

Eva Luz Betegon Patiño.
Sara Camargo Rodríguez.
Johana Gutiérrez Zehr
Melissa Mendoza Banda.

Año: 2026



VIVIR MEJOR CON HEMODIÁLISIS

**Guía de autocuidado del paciente
para fortalecer la adherencia al
tratamiento.**



¿POR QUÉ ESTA GUÍA ES IMPORTANTE?

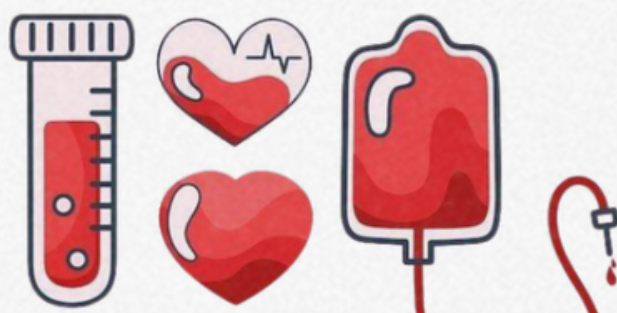
La enfermedad renal crónica requiere un tratamiento continuo que permite reemplazar parcialmente la función de los riñones cuando estos dejan de trabajar adecuadamente. La hemodiálisis es un procedimiento que ayuda a eliminar las toxinas y el exceso de líquidos del organismo, permitiendo mejorar la calidad de vida de las personas con insuficiencia renal.

Esta cartilla educativa tiene como propósito brindar información sencilla y práctica que permita a los pacientes comprender mejor su tratamiento y fortalecer su autocuidado diario.



Sin embargo, el éxito del tratamiento depende en gran medida del compromiso del paciente con su propio cuidado.

Cumplir con las sesiones de diálisis, seguir las recomendaciones médicas y adoptar hábitos saludables son aspectos fundamentales para mantener la salud y prevenir complicaciones.





OBJETIVO DE LA GUÍA

Brindar información clara y práctica a los pacientes en tratamiento de hemodiálisis para fortalecer el autocuidado, mejorar la adherencia al tratamiento y favorecer una mejor calidad de vida.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Comprender la enfermedad renal crónica y su tratamiento.
- Promover **hábitos saludables** durante la hemodiálisis.
- Orientar sobre el cuidado del **acceso vascular**.
- Prevenir complicaciones asociadas al tratamiento.



¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA?

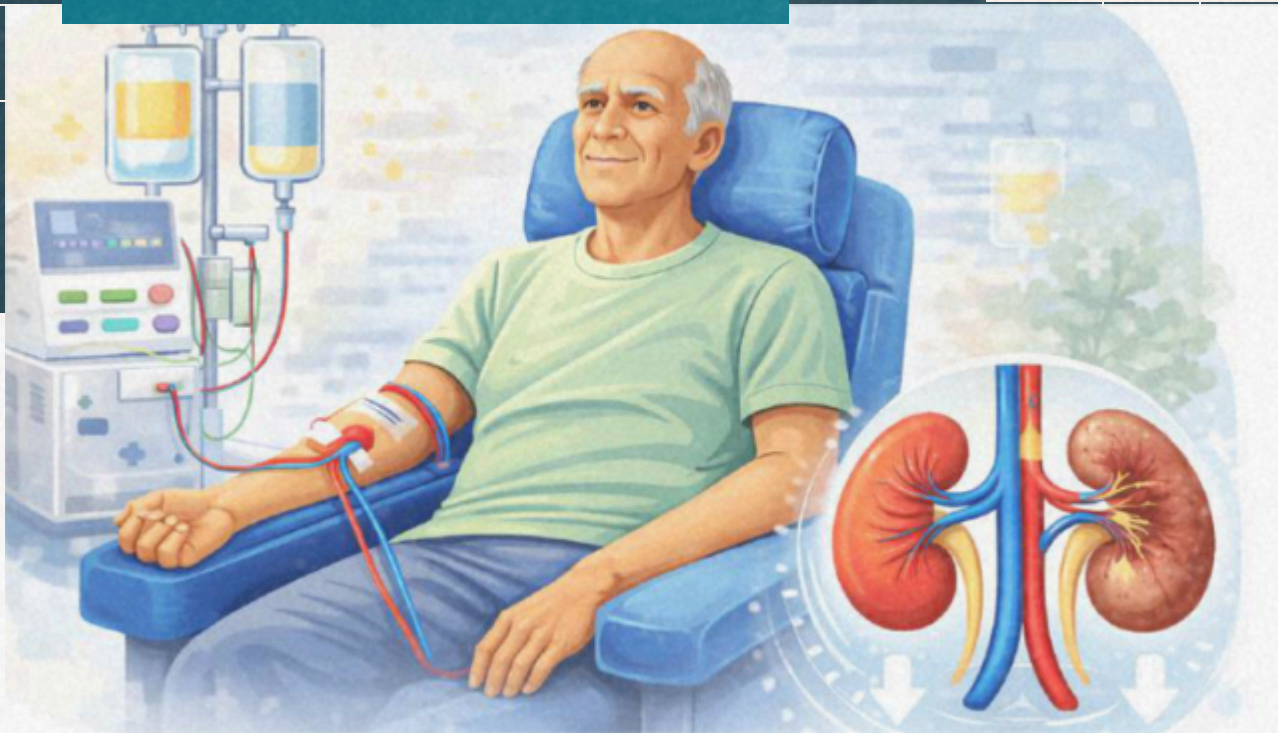


Los riñones son órganos que cumplen funciones muy importantes en el cuerpo. Su principal función es filtrar la sangre para eliminar sustancias de desecho y exceso de líquidos a través de la orina.

Cuando los riñones dejan de funcionar de manera adecuada durante un período prolongado, se produce lo que se conoce como **enfermedad renal crónica**. En esta condición, el organismo no puede eliminar adecuadamente toxinas ni mantener el equilibrio de líquidos y minerales.

Cuando la función renal disminuye significativamente, es necesario iniciar tratamientos sustitutos como la hemodiálisis.

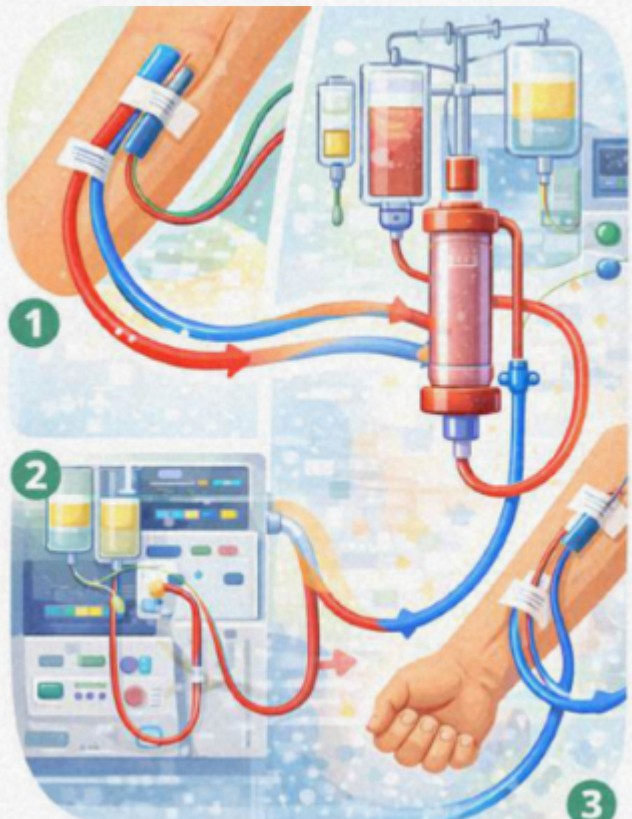




¿QUÉ ES LA HEMODIÁLISIS?

La hemodiálisis es un tratamiento que permite limpiar la sangre cuando los riñones ya no pueden hacerlo adecuadamente.

DURANTE EL PROCEDIMIENTO:



1. La sangre sale del cuerpo a través de un **acceso vascular**.
2. Pasa por una máquina que **filtra las toxinas**.
3. La sangre limpia regresa nuevamente al **organismo**.

Las sesiones generalmente se realizan tres veces por semana y pueden durar entre 3 y 4 horas.

IMPORTANCIA DE CUMPLIR EL TRATAMIENTO

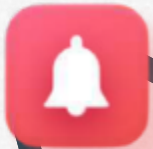


Su compromiso es clave para su salud

La adherencia al tratamiento significa seguir correctamente todas las indicaciones del equipo de salud.

ESTO INCLUYE:

- Asistir **puntualmente** a todas las sesiones de hemodiálisis.
- Permanecer el **tiempo completo** durante el tratamiento.
- **Cumplir** con la dieta recomendada.
- Tomar los **medicamentos** indicados.
- Cuidar el **acceso vascular**.



Cumplir con estas recomendaciones ayuda a evitar complicaciones y mejorar el bienestar general.



CUIDADO DEL ACCESO VASCULAR

Proteja su acceso vascular

El acceso vascular es el lugar por donde se conecta el paciente a la máquina de hemodiálisis.

Tipos de acceso:

- Fístula arteriovenosa
- Injerto
- Catéter venoso

Cuidados importantes:

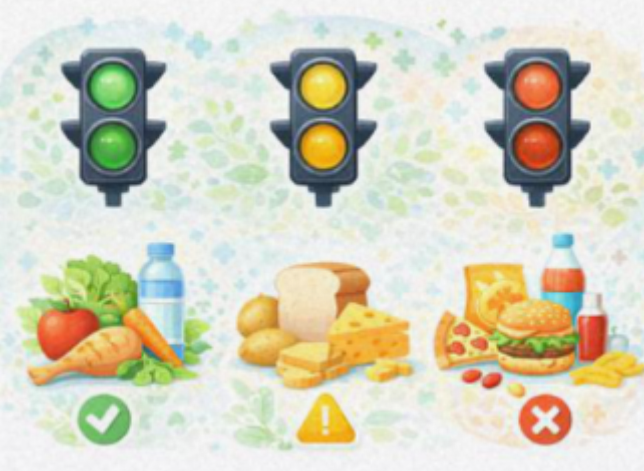
- Mantener la **zona limpia**.
- No cargar peso con ese brazo.
- No dormir sobre el brazo donde está la fístula.
- **Revisar diariamente** si hay enrojecimiento, dolor o inflamación.
- Avisar al personal de salud si observa cambios.





ALIMENTACIÓN EN PACIENTES EN HEMODIÁLISIS

Una alimentación adecuada ayuda a mantener el equilibrio del organismo y evitar complicaciones.



Recomendaciones:

- Consumir proteínas de calidad.
- Controlar el consumo de sal.
- Limitar alimentos ricos en potasio.
- Evitar alimentos altos en fósforo.

Control de Líquidos:

El exceso de líquidos puede causar **complicaciones** como hipertensión o dificultad para respirar.

Por ello es importante seguir las recomendaciones del equipo de salud sobre la cantidad de líquidos permitidos.





MEDICAMENTOS

Los medicamentos ayudan a controlar diferentes aspectos de la enfermedad renal, como la presión arterial, el nivel de minerales en la sangre y la producción de glóbulos rojos.

Es importante:

- Tomar los medicamentos según indicación médica.
- No suspenderlos sin consultar al médico.
- Informar al equipo de salud si presenta efectos adversos.



ACTIVIDAD FÍSICA Y BIENESTAR



Realizar actividad física moderada contribuye a mejorar la energía, el estado de ánimo y la salud general.

Algunas actividades recomendadas son:

- Caminar diariamente.
- Realizar ejercicios suaves.
- Mantener una vida activa dentro de las posibilidades del paciente.

También es importante mantener un adecuado descanso y apoyo emocional.



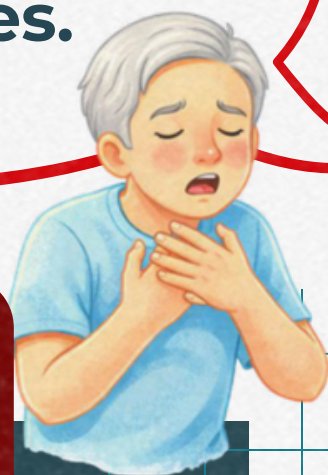
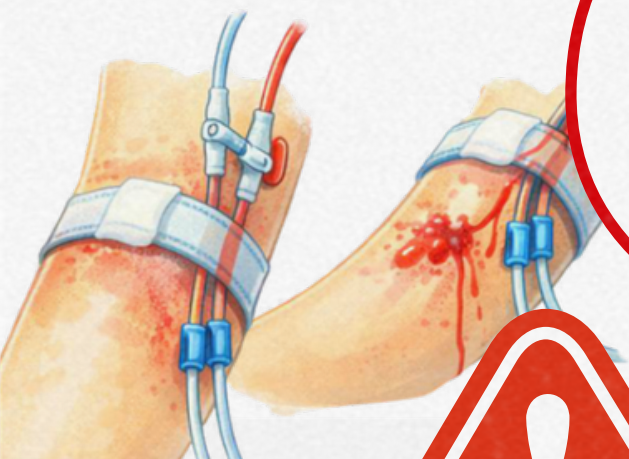
SIGNOS DE ALERTA

Debe acudir al centro de salud si presenta:

- Fiebre.
- Dolor o enrojecimiento en el acceso vascular.
- Dificultad para respirar.
- Hinchazón excesiva.
- Sangrado en el acceso.



**Reconocer estos
signos permite actuar
a tiempo y prevenir
complicaciones.**



El autocuidado le ayudará a **vivir mejor**

Vivir con enfermedad renal requiere compromiso y cuidado constante. Cada sesión de hemodiálisis es una oportunidad para mantener el equilibrio de su organismo y mejorar su bienestar.

El equipo de salud estará para acompañarle, orientarle y apoyarle en cada etapa del tratamiento.

Recuerde:

Ante cualquier duda o síntoma,
consulte siempre al personal de salud.



REFERENCIAS

- Organización Mundial de la Salud
- KDIGO Clinical Practice Guidelines
- Sociedad Latinoamericana de Nefrología
- literatura científica sobre adherencia en hemodiálisis

