

**LICENCIATURA EN NUTRICIÓN**

**PSICOLOGÍA Y RETOS NUTRICIONALES**

**“ENSAYO”**

**DOCENTE: FELIPA NIDIA P. ACUÑA MÉNDEZ**

**ALUMNA: JOSSELINE SARAHI CERDIO ZEPEDA**

**JULIO 2023**

Los riñones cumplen un papel muy importante en nuestro organismo, son dos órganos necesarios para la eliminación de los productos de desechos, excreción de iones, agua, el balance de electrolitos y la regulación de la presión arterial. En su anatomía los riñones tienen forma de frijol, cada uno aproximadamente del tamaño de un puño y están ubicados justo debajo de la caja torácica (costillas), uno a cada lado de la columna vertebral. Cada uno de los riñones está formado por aproximadamente un millón de unidades de filtración llamadas nefronas, cada nefrona incluye un filtro, llamado glomérulo, y un túbulo. Las nefronas funcionan a través de un proceso de dos pasos: el glomérulo filtra la sangre y el túbulo devuelve las sustancias necesarias a la sangre y elimina los desechos.

Comprendiendo la anatomía y funcionamiento de estos órganos imprescindibles de la vida de una persona, podemos adentrarnos a comprender las distintas fallas renales, la insuficiencia renal que es cuando los riñones pierden de repente la capacidad de filtrar los desechos de la sangre; de esto deriva la diálisis que es un tratamiento encaminado a depurar la sangre cuando los riñones no son capaces de hacerlo. Ayuda al organismo a eliminar los desechos y el exceso de líquido de la sangre esto hace parte del trabajo que hacían los riñones cuando estaban bien a diálisis solo es capaz de hacer un 10% a 15% de lo que hace un riñón normal. Hay dos tipos de diálisis: la hemodiálisis y la diálisis peritoneal. La hemodiálisis es un tratamiento de sustitución de la función renal que consiste en filtrar la sangre, durante este proceso la sangre se extrae del organismo y se la hace circular por el dializador, o filtro, donde se eliminan las toxinas acumuladas y el exceso de líquido para después se devuelva la sangre limpia al organismo. Las recomendaciones nutricionales para estos casos es sumamente especial, se lleva un control de los macronutrientes y micronutrientes. Los riñones sanos equilibran las sales y los minerales en la sangre, como el calcio, el fósforo, el sodio y el potasio. Aún cuando la diálisis peritoneal elimina las toxinas y el exceso de líquido del organismo, no mantiene un equilibrio perfecto.

El plan de alimentación para la diálisis peritoneal puede ser menos estricto que para la hemodiálisis. Como el paciente se hace la diálisis peritoneal todos los días, hay menos tiempo entre los tratamientos para que se acumulen las toxinas y el exceso de líquido que entre los tratamientos de hemodiálisis.

Como se comprendió en esta unidad es importante conocer la función de los riñones y las causas que detonan las diferentes patologías, afectando la calidad de vida de nuestros órganos; como futuros estudiantes de nutrición comprender la fisiopatología de enfermedad renal nos ayudará al tratamiento nutricional de nuestros futuros pacientes.

## BIBLIOGRAFÍA

RECURSOS DE ANTOLOGÍA DE FISIOPATOLOGÍA UDS. (2023).