



Opciones que empoderan:

Guía para tomar
las mejores decisiones
de diálisis para usted



Comencemos

¿Qué le inquieta y qué teme sobre la diálisis?

La información que necesita para elegir lo que le conviene



La diálisis es un tratamiento que permite seguir con vida a las personas que tienen enfermedad renal terminal (falla renal).

Las sesiones de diálisis depuran la sangre y eliminan los desechos y el agua sobrante cuando los riñones no pueden hacerlo.

Sin embargo, estar en diálisis puede pasar factura, tanto en lo físico como en lo emocional.

Antes de comenzar las diálisis, deberá tomar algunas decisiones. Puede elegir el tipo de diálisis y si hará las sesiones en un centro o en su casa. Tomar estas decisiones requiere hablar con su equipo de atención médica y con sus seres queridos, sopesar los pros y las contras de cada opción y pensar bien cuáles son sus prioridades.

Conozca sus opciones

Las personas que tienen falla renal deben conocer las opciones de diálisis que existen, incluida la diálisis domiciliaria. Los estudios indican que es menos probable que ciertos pacientes (por ejemplo, los de raza negra, los hispanos y los de zonas de bajos ingresos) hagan diálisis domiciliaria que otros pacientes. Los motivos de esto son complejos. Entre los factores están las dificultades con el idioma, los problemas de costo y los diversos grados de confianza en el sistema de salud. Muchos médicos se esfuerzan por ofrecer una atención equitativa, pero los sesgos personales impiden que otros recomiendan diálisis domiciliaria a algunos pacientes.

Cómo usar esta herramienta de decisiones

Conocer toda la gama de tratamientos habilita a la persona para elegir con fundamento las opciones que mejor encajan con sus necesidades y estilo de vida. A veces, el proceso de toma de decisiones resulta abrumador. Por eso creamos esta herramienta, que lo/a ayudará a:

- Informarse sobre los distintos tipos de diálisis.
- Conocer los beneficios y los problemas de cada opción de diálisis.
- Elegir el tipo de diálisis que más le conviene en función de sus preferencias y estilo de vida.

Esta herramienta de toma de decisiones de diálisis contiene comparativas a dos columnas, infografías, listas de comprobación y apartados que facilitan analizar sus sentimientos y sus preferencias sobre la diálisis. Una vez terminadas las actividades que hay en esta herramienta, comparta los resultados con sus seres queridos y con su equipo de atención médica y aborde con ellos sus dudas e inquietudes. Este tipo de conversaciones podrán ayudarlo/a a tener más confianza en las opciones elegidas y fortalecer su compromiso de hacer lo que es mejor para usted.

¿Quiénes necesitan diálisis?

La falla renal significa que los riñones ya no pueden eliminar de la sangre los desechos y el exceso de líquido. Es la quinta y última etapa de la enfermedad renal.

Si tiene falla renal, para seguir con vida tendrá que recibir diálisis o un trasplante renal. La diálisis hace parte del trabajo que hacían los riñones cuando estaban bien. Puede ayudarlo/a a sentirse mejor, pero no cura la falla renal.

Los dos tipos de diálisis son la hemodiálisis y la diálisis peritoneal.

¿Qué es la hemodiálisis?

La hemodiálisis se puede hacer en la casa o en un centro de diálisis. Para la hemodiálisis, unas mangueras conectan el cuerpo a una máquina de diálisis. La sangre pasa por las mangueras y llega a la máquina. Cuando está en la máquina, la sangre pasa por un filtro de diálisis. Este filtro depura la sangre (es decir, saca de ella algunos desechos y el líquido sobrante). Después, por las mangueras, la máquina de diálisis regresa al cuerpo la sangre depurada.

Para poder empezar las hemodiálisis es imprescindible una intervención quirúrgica para crear el "acceso vascular". Este acceso vascular es una abertura en la piel y un vaso sanguíneo que permite conectar la máquina de diálisis al torrente sanguíneo.

Cuando es imperativo que la persona comience la diálisis de inmediato, en lugar del acceso vascular se usa un acceso con catéter. El catéter es una manguera flexible que un médico pasa a través de la piel hasta llegar a una gran vena del cuello o de la parte superior del pecho. El acceso con catéter es temporal y con el tiempo la persona pasará al acceso vascular.

¿Qué es la diálisis peritoneal?

La diálisis peritoneal es un tratamiento domiciliario que depura la sangre sin sacarla del cuerpo. Para poder hacer la diálisis peritoneal es necesaria una intervención en la que se coloca un catéter que atraviesa la pared abdominal (la panza). Este catéter se deja ahí indefinidamente mientras la persona reciba diálisis peritoneal.

En cada sesión de diálisis peritoneal (llamada "intercambio"), a través del catéter se pasa a la panza un líquido depurador (el líquido de diálisis). Ese líquido permanece varias horas en la panza. La persona puede seguir con sus actividades cotidianas llevando el líquido de diálisis en la panza. El líquido de diálisis absorbe los desechos y el líquido sobrante y de ese modo depura la sangre. Los intercambios de la diálisis peritoneal se pueden hacer de día o durante la noche.

¿Hay otras opciones de tratamiento aparte de la diálisis?

Las otras opciones de tratamiento para la falla renal son el trasplante renal y los cuidados paliativos.

- En un trasplante renal se coloca un riñón sano en el cuerpo del receptor para que asuma las funciones que ya no pueden realizar sus riñones.
- Los cuidados paliativos alivian los síntomas y el estrés de la falla renal. Su objetivo es mejorar la calidad de vida.

Visite kidneyfund.org si desea más información sobre:



[Trasplante renal](#)



[Cuidados paliativos](#)

Cómo decidir el lugar de las diálisis

La mayoría de quienes necesitan diálisis pueden elegir si la reciben mediante hemodiálisis o mediante diálisis peritoneal. Si usted tiene ciertos problemas médicos, es posible que el médico recomiende una opción y no la otra.

¿Cuáles son mis opciones de diálisis domiciliaria?

La hemodiálisis se puede hacer en la casa o en un centro.

La diálisis peritoneal se hace en la casa. Si usted opta por la diálisis domiciliaria:

- Usará una máquina de diálisis domiciliaria, que es una versión más chica de la máquina de hemodiálisis que hace lo mismo en un centro.
- El equipo de atención lo/a ayudará a recibir el equipo y los insumos que necesitará.
- Usted recibirá una capacitación en la que aprenderá a usar el equipo, a reconocer y reportar problemas y a respetar su plan de alimentos y bebidas nefrosaludables, entre otros temas.
- Contará con apoyo clínico y técnico permanente, las 24 horas del día, todos los días de la semana.

¿Cuáles son mis opciones de diálisis en un centro?

Los centros de hemodiálisis pueden formar parte de un hospital o ser centros independientes.

Si usted opta por la hemodiálisis en un centro:

- Acudirá al centro al menos tres veces por semana para las sesiones.
- Cada sesión de tratamiento durará entre tres y cuatro horas.
- Personal capacitado se encargará de todos los aspectos asistenciales.



Cómo aprovechar al máximo la diálisis domiciliaria

El médico le explicará el plan de diálisis domiciliaria, incluida la frecuencia de los tratamientos.

Por su salud y para obtener el máximo beneficio de la diálisis, tendrá que respetar estrictamente las instrucciones de su médico. Deberá ir anotando (en una bitácora de tratamiento) todos los detalles de cada sesión de diálisis. Esto les permitirá a usted y a su médico ajustar el plan de tratamiento y atender problemas.

Se puede cambiar de opción

Si comienza con un tipo de diálisis y no le va como esperaba, puede probar otras opciones. Comience por hablar con su equipo de atención médica.

Beneficios e inconvenientes de la diálisis domiciliaria

Esta comparativa puede ayudarle/a a conocer los beneficios y los inconvenientes de la diálisis domiciliaria.

Beneficios de la diálisis domiciliaria

- No tiene que preocuparse de concertar citas para las diálisis: puede dializarse cuando se le acomode en función de sus horarios.
- Tendrá más flexibilidad en lo que puede comer y beber.
- No tendrá que desplazarse a un centro, lo que le ahorrará tiempo y dinero.
- Hará sesiones con más frecuencia que las que se hacen en el centro de diálisis, lo que puede conllevar menos efectos secundarios de la diálisis.
- Quizá mejore su salud cardíaca y corra menos riesgo de tener insuficiencia cardíaca.
- Dispondrá de más tiempo para dedicarse a sus aficiones o seguir trabajando.
- Podrá tener privacidad durante las sesiones de diálisis.

Inconvenientes de la diálisis domiciliaria

- No tendrá el apoyo en persona de un profesional de la salud durante cada sesión.
- Necesitará espacio para almacenar los insumos y un área dedicada específica para las sesiones.
- En función del equipo empleado, quizás necesite tomas eléctricas y redes de plomería especiales.
- Necesitará dedicar unas semanas a la capacitación (solo en el caso de la hemodiálisis domiciliaria).
- Es posible que necesite un cuidador que reúna ciertos requisitos (solo en el caso de la hemodiálisis domiciliaria).
- El líquido de diálisis contiene azúcar, lo cual puede hacerle aumentar de peso (solo en el caso de la diálisis peritoneal).
- No interactuará con las otras personas que reciben diálisis en un centro.

Todos los detalles de cada tipo de diálisis domiciliaria



Todos los detalles: hemodiálisis domiciliaria

Hay tres tipos de hemodiálisis domiciliaria:

Hemodiálisis domiciliaria convencional (hemodiálisis domiciliaria normal)

- Mínimo de 3 a 5 horas al menos tres veces por semana
- Usted elige los días y horas que mejor se adapten a su estilo de vida

Hemodiálisis domiciliaria diurna breve

- Dos horas al día o casi cada dos días
- Usted elige los días y horas de sesión que mejor se adapten a su estilo de vida.
- Se hacen sesiones con más frecuencia (es decir, en más días) que con otros tipos de hemodiálisis domiciliaria. Es posible que con ello se sienta mejor entre las sesiones.

Hemodiálisis domiciliaria nocturna

- De 6 a 8 horas por la noche, mientras duerme (o una de cada dos noches si su médico lo autoriza)
- Opción idónea para quienes trabajan, estudian o tienen otros compromisos durante el día

Si opta por la hemodiálisis, antes de comenzar a recibirla tendrán que hacerle la operación del acceso vascular (en la página 4 se ofrecen los detalles). La capacitación cubrirá muchos temas, como por ejemplo:

- Cómo preparar el cuarto del tratamiento
- Cómo cuidar del acceso vascular
- Cómo utilizar la máquina de diálisis
- Cómo ordenar y guardar los insumos
- Cómo mantener una bitácora de tratamiento con datos fieles

Al término de la capacitación, usted acudirá al centro de diálisis al menos una vez al mes para ver al equipo de atención médica, hacerse análisis y revisar las bitácoras de tratamiento.

Cómo se hace la autopunción

Sin importar el tipo de hemodiálisis domiciliaria que elija, tendrá que "autopuncionarse" al inicio de cada sesión. La autopunción requiere insertar una aguja en el punto del acceso vascular. Al principio quizás dé miedo, sobre todo para las personas a las que les incomodan las agujas. En la capacitación aprenderá a hacerse la autopunción y tendrá mucho tiempo para practicar antes de hacerla usted mismo/a.

Todos los detalles: diálisis peritoneal domiciliaria

Hay dos tipos de diálisis peritoneal domiciliaria:

Diálisis peritoneal ambulatoria continua (DPAC)

- Se usa la gravedad para hacer los intercambios manualmente (no hace falta máquina).
- Debe hacerse todos los días. La mayoría de las personas hacen cuatro intercambios en cada período de 24 horas, incluido uno por la noche.
- Cada intercambio demora de 30 a 40 minutos.
- La DPAC se puede hacer en cualquier lugar que esté limpio y seco.

Diálisis peritoneal continua con cicladora (DPCC)

- Se usa una máquina llamada cicladora para hacer los intercambios.
- Los intercambios se hacen por la noche. Cada sesión demora unas nueve horas y consta de entre tres y cinco intercambios. La cicladora hace el trabajo.
- El líquido de diálisis permanece en el organismo durante el día. Antes de acostarse comenzará otro intercambio.

La diálisis peritoneal consiste en hacer “intercambios”. El intercambio es el proceso de extracción y reposición de líquido depurador (líquido de diálisis) en la panza. Cada intercambio consta de tres etapas: llenado, permanencia y extracción.

Si usted opta por la diálisis peritoneal, tendrán que hacerle una operación para colocarle un catéter que atraviesa la pared abdominal (la panza; en la página 4 se ofrecen los detalles). Una vez colocado el catéter, usted recibirá la capacitación en diálisis peritoneal. Aprenderá:

- Cómo cuidar su catéter
- Cómo usar la cicladora (si opta por la diálisis peritoneal continua con cicladora, DPCC)
- Cómo hacer los intercambios



[Infórmese sobre la hemodiálisis en un centro](#)



Las opciones de diálisis

Esta comparativa a dos columnas puede ayudarla/a a conocer las diferencias entre las diversas opciones de diálisis.

	La hemodiálisis en un centro	La hemodiálisis domiciliaria	La diálisis peritoneal domiciliaria
¿Qué es?	La persona acude a un centro de diálisis, donde una máquina le depura la sangre varias veces por semana.	La persona usa en su casa una máquina que le depura la sangre varias veces por semana.	Para ello, llena su panza con un líquido depurador que le "limpia" la sangre. Ese líquido permanece varias horas en la panza.
¿Dónde se hace?	En un centro de diálisis	En la casa	En la casa (en cualquier lugar limpio y seco).
¿Qué tanto demora?	Cada sesión dura unas 2 a 4 horas. La sesión se hace 3 veces por semana.	Depende del plan que la persona y sus médicos elijan. Las sesiones de hemodiálisis domiciliaria pueden hacerse con más frecuencia o de más duración que en un centro.	Depende del plan que la persona y sus médicos elijan. La diálisis peritoneal puede hacerse de día o durante la noche.
¿Cómo tendrá que preparar mi casa?	Nada	En función de su equipo, necesitará espacio para guardar los insumos. Quizá necesite tomas eléctricas y redes de plomería especiales.	Tendrá que tener un espacio limpio y seco, sin plantas y al que no accedan las mascotas, y para guardar los insumos necesitará un espacio amplio, limpio y seco.
¿Hay que seguir un plan especial de comidas y bebidas?	Tendrá que restringir mucho los líquidos y determinados nutrientes, como el potasio, el sodio, el fósforo y las proteínas.	Si hace sesiones diarias, es posible que el plan de comidas y bebidas sea menos estricto.	Quizá tenga que restringir determinados nutrientes, como el potasio, el sodio, el fósforo y las proteínas. Es posible que su plan de alimentación sea menos estricto de lo que sería si hiciera hemodiálisis en un centro.
¿Tendré que desplazarme para recibir el tratamiento?	Tendrá que acudir al centro de diálisis 3 veces por semana.	No	No
¿Quién me aplicará el tratamiento?	Una enfermera de nefrología o un técnico de diálisis.	Usted y su cuidador (una vez que hayan recibido capacitación).	Usted. Un cuidador podrá ayudar si es necesario.
¿Cómo se accede a la sangre para el tratamiento?	Por un acceso vascular (o por un acceso temporal por catéter). Las opciones de acceso vascular son la fistula, el injerto y el catéter.	Por un acceso vascular (o por un acceso temporal por catéter). Las opciones de acceso vascular son la fistula, el injerto y el catéter.	Por un catéter colocado en la panza
¿Podré salir de vacaciones?	Sí. Tendrá que encontrar un centro de diálisis cercano a su destino vacacional y agendar con tiempo sus sesiones de diálisis. En función de su cobertura de seguro, quizás tenga costos extra.	Sí, lo habitual es que pueda llevar consigo la máquina.	Sí, podrá hacer las sesiones en cualquier lugar limpio y seco. Lo habitual es que pueda enviar los insumos a su destino vacacional.

Qué es importante para usted.

Ahora que ya conoce mejor la diálisis domiciliaria, la diálisis en un centro y los distintos tipos de diálisis, es momento de pensar en cómo se adapta cada opción en su estilo de vida, sus preferencias y sus prioridades.



Para cada elemento de la izquierda, marque la casilla que mejor describa qué tan importante es ese elemento para usted.

	Es muy importante	Es moderadamente importante	Neutral	Es poco importante	No es nada importante
Elegir en qué días y horas hago las diálisis					
Flexibilidad en lo que como y bebo					
Menos efectos secundarios de la diálisis					
Flexibilidad para seguir con mi trabajo o mis estudios					
Privacidad durante las sesiones de diálisis					
Tener a la mano a un profesional de la salud durante las sesiones					
Mantener las diálisis separadas de mi vida doméstica					
Convivir con otras personas que reciben diálisis					
Posibilidad de irme de vacaciones					

¿Cuál tipo de diálisis tiene más casillas marcadas?

Ahora veamos su decisión desde otra perspectiva. En las casillas “Quiero” que hay a continuación, **escriba qué es importante para usted en relación con su decisión de diálisis** (puede volver a la página anterior para ver sus respuestas).



Después, vea cuáles opciones de diálisis son las que con más probabilidad le “brindarán” lo que quiere.

Quiero: _____ **Quiero:** _____ **Quiero:** _____ **Quiero:** _____

HEMODIÁLISIS EN UN CENTRO	_____	_____	_____	_____
Diálisis en un centro	_____	_____	_____	_____
HEMODIÁLISIS DOMICILIARIA	_____	_____	_____	_____
Hemodiálisis domiciliaria convencional (normal)	_____	_____	_____	_____
Hemodiálisis domiciliaria diurna breve	_____	_____	_____	_____
Hemodiálisis domiciliaria nocturna	_____	_____	_____	_____
DIÁLISIS PERITONEAL DOMICILIARIA	_____	_____	_____	_____
Diálisis peritoneal ambulatoria continua	_____	_____	_____	_____
Diálisis peritoneal continua con cicladora	_____	_____	_____	_____



Notas

Pasos siguientes

Elegir el tipo de diálisis y dónde recibirla son decisiones personales e importantes. Lo/a animamos a compartir con su equipo de atención médica los resultados de esta herramienta de toma de decisiones. Ellos lo/a podrán ayudar a conocer:

- Qué tiene que hacer usted para empezar las diálisis
- Cómo cambiar de un tipo de diálisis a otro
- Cómo cambiar el lugar donde recibe las diálisis

Si le interesa la diálisis domiciliaria y el médico le dice que no es posible, contemple la posibilidad de pedir una segunda opinión. También puede hablar con su trabajador social y ver cómo cumplir los requisitos para la diálisis domiciliaria.

Infórmese con estos recursos

El American Kidney Fund ofrece por internet recursos exhaustivos para personas que tienen enfermedad renal crónica y para sus seres queridos. Entre los temas están:

- [La elección del plan de hemodiálisis](#)
- [La enfermedad renal crónica](#)
- [La diálisis](#)
- [La hemodiálisis](#)
- [La falla renal](#)
- [La Kidney Kitchen del AKF: alimentación nefrosaludable](#)
- [La diálisis peritoneal](#)
- [El acceso vascular](#)



Estamos aquí para ayudar.

Si tiene dudas o inquietudes sobre la decisión del tipo de diálisis, sírvase escribirnos a education@kidneyfund.org.

Otros recursos



¿Desea más información sobre la diálisis y las coberturas de seguro? **Visite nuestra web** para informarse.



Si desea más información sobre la enfermedad renal y la diálisis, visite **kidneyhealthforall.org**.

El equipo de diálisis

Las personas que lo/a atienden integran un equipo. Cada miembro del equipo tiene una función diferente que contribuye a que usted consiga sus objetivos de salud. Usted es la persona más importante de ese equipo. Sus opiniones y sus sentimientos son importantes, ¡participe activamente en su atención!

El equipo de diálisis podría estar integrado por los siguientes profesionales:

Un nefrólogo:	El nefrólogo es el médico de los riñones. Cuando llegue el momento de comenzar las diálisis, le aclarará las dudas que tenga sobre las distintas opciones de diálisis y le recetará los medicamentos. Acudirá con frecuencia a consultas con él para ir evaluando la salud renal y hacer los cambios necesarios en el plan de atención.
Las enfermeras de nefrología:	Las enfermeras de nefrología trabajan en el consultorio del médico y en el centro de diálisis (si usted recibe las diálisis en un centro). Estas enfermeras se aseguran de que usted reciba el tratamiento de diálisis que le recetó el nefrólogo. Además, se encargan de la capacitación sobre diálisis domiciliaria.
El trabajador social de nefrología:	El trabajador social puede ayudarlos a usted y a sus familiares a enfrentar la enfermedad renal y manejar todos los cambios que conlleva. Por ejemplo, puede brindar apoyo emocional y ayudarlo/a a conservar su seguro médico o a solicitar ayuda económica.
El dietista renal:	Los dietistas renales ayudan a la persona que está en diálisis a seguir un plan de alimentos y bebidas nefrosaludables.

Funciones del cuidador

Sus seres queridos con miembros esenciales de su equipo de atención, sin importar el tipo de diálisis que usted elija. Pueden dar apoyo emocional y aliento en los días difíciles. También pueden ayudar a meditar bien las grandes decisiones, como por ejemplo cuál tipo de diálisis recibir y dónde.

Algunos centros exigen que la persona que deseé hacer hemodiálisis domiciliaria cuente con un cuidador. El cuidador (o cuidadora) puede ser un familiar, un/a amigo/a, un vecino: cualquier persona de su confianza que pueda ayudarlo/a durante las sesiones. Es imprescindible que el cuidador reciba la capacitación en hemodiálisis domiciliaria y esté presente durante las sesiones para brindarle apoyo. Además, es posible que tenga que:

- Actuar en caso de emergencia médica
- Ayudarlo/a a preparar el equipo de diálisis domiciliaria
- Mantenerlo/a motivado/a durante las sesiones y ayudarlo/a a estar con la mayor salud posible

Casi cualquier persona puede calificar como asistente de cuidados si recibe la capacitación adecuada. No es necesario que el cuidador tenga capacitación médica anterior.



¿Tiene dudas?



Consultar al médico las dudas sobre las opciones de diálisis lo/a ayudará a estar más seguro/a de su decisión. **Escriba en este espacio cualquier duda o inquietud que tenga sobre la diálisis.**

1. Una de mis metas de diálisis es _____. ¿Qué tipos de diálisis me pueden ayudar a conseguir eso?

2. ¿Podré tomar menos medicamentos gracias a la diálisis domiciliaria?

3. Desde el punto de vista médico, ¿hay algo que me impida hacer diálisis domiciliaria?

4. ¿Tengo que tener un cuidador para hacer diálisis domiciliaria?

5. ¿Con qué frecuencia tendrá que ver a mi equipo de atención para las revisiones?

6. ¿Qué debo hacer si quiero cambiar a otro método de diálisis?

7. ¿Qué tanto espacio de almacenamiento necesitaré tener en la casa?

8. Otras



