

## DIETA Y DIÁLISIS: INFORMACIÓN GENERAL

Lo que se come y se bebe es importante para gozar de la mejor salud posible cuando se está en diálisis.

Los riñones eliminan los productos de desecho y el exceso de agua que proceden de lo que usted come y bebe.

Si los riñones no funcionan bien, los productos de desecho y el agua se acumulan en la sangre y pueden provocar malestar.

Ingerir los alimentos adecuados forma parte esencial del tratamiento.

Las necesidades dietéticas y las opciones alimentarias dependen de varias cosas:

- El tipo de diálisis que recibe
- La edad y los problemas médicos que tenga
- La producción o no de orina residual
- El estado nutricional (peso y análisis de sangre)

Todas las personas que reciben diálisis tienen una receta dietética personalizada que fija metas para los siguientes nutrientes:

- Proteínas
- Calorías
- Sodio
- Líquidos
- Potasio
- Fósforo
- Calcio
- Vitaminas y minerales

El patrón alimentario traduce la receta dietética en los alimentos y bebidas que usted ingiere cada día. Se pueden planificar los menús diarios y las opciones alimentarias.

La dieta, las diálisis y los medicamentos actúan conjuntamente para ayudarle a gozar de la mejor salud posible y mantener las cifras de los parámetros sanguíneos en niveles seguros.

