

# Falência dos Rins

Saber sobre as causas e sintomas que levam à insuficiência renal crônica pode ajudar a evitar que o problema chegue ao seu extremo

**A**cada ano, mais de 20 mil brasileiros recebem o diagnóstico de que estão sofrendo de insuficiência renal crônica (perda irreversível das funções renais). Para muitos, a notícia é uma surpresa, pois não sabiam que tinham qualquer problema relacionado aos rins e de repente se vêem tendo que começar um tratamento de diálise. Saber sobre as causas e sintomas que levam à falência renal pode ajudar a evitar que o problema chegue ao seu extremo.

Os rins servem para eliminar substâncias tóxicas do organismo através da urina, fazem também a excreção de água e sais minerais, do controle de acidez do sangue e da produção de hormônios. Quando os rins são atacados por uma doença, começam a não realizar suas funções com toda eficácia. Quanto mais cedo for descoberto, maiores serão as chances de se conseguir controlar o problema. Porém, se o comprometimento dos rins já estiver avançado, será preciso iniciar um tratamento de diálise e, dependendo do caso, fazer o transplante.

### SINTOMAS

Alguns sintomas podem indicar que a pessoa está com problemas nos rins: alteração na cor da urina (fica espumosa ou sanguinolenta), dificuldade para urinar, passar a se levantar mais de uma vez à noite para urinar, passar a ter inchaços nos tornozelos ou em outras partes do corpo, sentir fraqueza, anemia, alterações no sono e emagrecimento involuntário. É importante ressaltar que o simples fato de apresentar um ou alguns desses sintomas não é um diagnóstico certo de que se está com uma doença renal, por isso, é preciso procurar um especialista para fazer os exames de urina, creatinina e ultra-som.

### GRUPOS DE RISCO

Mais de 50% das pessoas que fazem diálise têm um histórico de pressão alta ou diabetes. Por isso, o diabético ou o hipertenso deve procurar fazer os exames e conversar com um especialista para saber quais cuidados deverá tomar para evitar a falência renal.

Se o problema for detectado cedo, o



nefrologista indicará uma mudança na dieta e no controle das diabetes ou da pressão alta, isso ajudará a prolongar o funcionamento dos rins, evitando que se chegue ao quadro de insuficiência renal crônica, mas se os órgãos estiverem funcionando menos de 10-12% de suas funções normais, haverá a necessidade de se fazer a diálise.

Apesar de predominar em pessoas idosas, a insuficiência renal crônica também é comum em todas as faixas etárias, inclusive na infância.

Outras causas que podem levar à insuficiência renal são a glomerulonefrite (inflamação dos rins); rins policísticos (cistos que crescem nos rins); pielo-nefrite (constantes inflamações urinárias) e doenças congênitas.

Além da insuficiência renal crônica, os rins podem ter outras doenças, por isso, todos devem seguir alguns cuidados como beber muita água, comer frutas, mesmo as ácidas, e evitar os excessos em relação ao sal, carnes, chá-preto, chocolates e café.

### FORMAS DE TRATAMENTO

Para substituir o trabalho feito pelos rins, existem duas opções: a hemodiálise ou a diálise peritoneal.

A hemodiálise é a forma mais utilizada e consiste na retirada das substâncias tóxicas, água e sais minerais do organismo através da passagem do san-

gue por um filtro. O paciente precisa ir três vezes por semana a uma clínica especializada. Uma máquina faz a filtração e o processo dura entre três e quatro horas.

No caso da diálise peritoneal, ao invés de um filtro artificial limpar o sangue, é utilizado o peritônio, uma membrana localizada dentro do abdômen e que protege os órgãos internos. Coloca-se um cateter na cavidade abdominal por onde passará um líquido chamado banho de diálise e entrará em contato com o peritônio e por ele será feita a retirada das substâncias tóxicas do sangue.

A vantagem da diálise peritoneal é que o paciente pode fazê-la em sua própria casa. Quando a pessoa tem que fazer diálise, explica-se detalhadamente as diferenças entre hemodiálise e diálise peritoneal. Se a pessoa optar pela diálise peritoneal, ela ou um parente terão que passar por um treinamento para saber como utilizar o aparelho que será levado para sua casa e também como agir em todas as outras etapas do processo.

Outra grande vantagem na diálise peritoneal é o fato da pessoa até poder viajar, basta levar o aparelho e se certificar de que no local em que ficará haverá as condições necessárias para ela fazer o seu tratamento.

### TRANSPLANTE

O transplante de rins pode ser a solução definitiva para quem sofre de insuficiência renal crônica, mas, lamentavelmente, se a pessoa não tiver um doador compatível na família, terá que aguardar três anos ou mais na chamada "fila de espera", isso porque, no Brasil são realizados em média 3.200 transplantes de rins por ano, sendo que como já explicado, surgem mais de 20 mil casos novos anualmente.

Outro ponto importante na questão do transplante é saber as condições de saúde do paciente. Dois em cada três pacientes estão aptos a passar por esse tipo de cirurgia, mas em alguns casos, ela não é indicada. Se for uma pessoa com idade já bem avançada e sem condições clínicas adequadas, é um risco fazer a cirurgia, o melhor é prosseguir com a diálise.