

Esperando un Trasplante de Riñón

Guía para personas con Enfermedad Renal Crónica



ACIN
Asociació Catalana d'Infermeria Nefrològica

Autoras

María Teresa Alonso Torres. Enfermera. Fundació Puigvert
Yolanda Amarilla Tostado. Enfermera. Hospital Clínic
Anna Bach Pascual. Enfermera. Hospital del Mar
María Isabel Díaz Jurado. Enfermera. Hospital de Bellvitge
Laia Fontdevila Sans. Auxiliar de Enfermería. Hospital del Mar
Ernestina Junyent Iglesias. Enfermera. Hospital del Mar
Anna Matamala Gastón. Enfermera. Fundació Puigvert
Ester Oriol Vila. Enfermera. Consorci Hospitalari de Vic
Guillermo Pedreira Robles. Enfermero. Hospital del Mar
Marta Quintela Martínez. Enfermera. Hospital Clínic
Alicia Rovira Algara. Enfermera. Hospital de Mollet
María Vicenta Ruiz Carbonell. Enfermera. Hospital Germans Trias i Pujol
Ana Sánchez Rojas. Enfermera. Hospital de Bellvitge
Montserrat Sevillano Aparicio. Enfermera. Hospital Vall d'Hebron

Junta Directiva ACIN

Marta Quintela Martínez. Presidenta. Enfermera. Hospital Clínic
Guillermo Pedreira Robles. Vicepresidente. Enfermero. Hospital del Mar
Nuria Clemente Juan. Secretaria. Enfermera. Hospital Clínic
Lluïsa Tulleuda Lari. Tesorera. Enfermera. Fundació Althaia de Manresa
Elisabet Tejada Araez. Vocal. Enfermera. Hospital del Mar
Anna Bach Pascual. Vocal. Enfermera. Hospital del Mar

Coordinación y edición

Guillermo Pedreira Robles. Enfermero. Hospital del Mar
(gpedreira@psmar.cat)

Avisos legales

La presente Guía pertenece intelectualmente a la *Associació Catalana d'Infermeria Nefrològica (ACIN)* en cuanto a autoría, coordinación y edición de dicho documento.

Se permite el uso libre de este documento con fines científicos y divulgativos, habiendo solicitado los permisos apropiados.

Cualquier uso indebido de este documento será denunciado y juzgado por la justicia española según la Ley 1/1996 de propiedad intelectual.

La información recogida en este documento se extrae de las principales guías de práctica clínica y sociedades científicas de referencia disponibles en los sitios web de la *Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón (ALCER)*; *Sociedad Española De Enfermería Nefrológica (SEDEN)*; *Sociedad Española de Nefrología (SEN)*; *Organització Catalana de Trasplantament (OCATT)*; *Organización Nacional de Trasplantes (ONT)*; *Kidney Disease: Improving Global Outcomes (KDIGO)*; *British Renal Society (BRS)*.

Para citar el documento

Associació Catalana d'Infermeria Nefrològica (ACIN). Guía para pacientes: Esperando un Trasplante de Riñón. 1ra edición. Barcelona: Associació Catalana d'Infermeria Nefrològica; 2020.

ÍNDICE

Capítulo 1	
¿Por qué necesito un trasplante de riñón?	5
Capítulo 2	
¿De dónde puede venir el riñón que necesito?.....	7
Capítulo 3	
¿Tengo opción a un trasplante de riñón de donante vivo?.....	9
Capítulo 4	
¿Cómo funciona la lista de espera para un trasplante de riñón?.....	11
Capítulo 5	
¿El riñón trasplantado dura para siempre?.....	13
Capítulo 6	
¿Qué debo hacer el día del trasplante?.....	15
Capítulo 7	
Me voy a casa... ¿qué debo hacer después del trasplante?	19
Capítulo 8	
¿Quién forma parte del equipo de trasplante renal?.....	20

Capítulo 1

¿POR QUÉ NECESITO UN TRASPLANTE DE RIÑÓN?

Los **riñones** son dos órganos con forma de habichuela que se encuentran en la espalda, debajo de las últimas costillas. Cada riñón tiene aproximadamente entre 10-12cm de tamaño. Su función principal es filtrar la sangre y eliminar el exceso de toxinas y líquidos a través de la orina. Además, también producen hormonas y vitaminas.

Cuando los riñones pierden esta función, las personas necesitan de tratamientos para poder suplirlas y continuar con vida.

Hay 2 tipos de diálisis que hacen algunas funciones del riñón. Otra opción de tratamiento es **el Trasplante Renal**. De hecho, **¡es la mejor opción de tratamiento!**

En comparación con el tratamiento de diálisis, el trasplante de riñón ofrece:

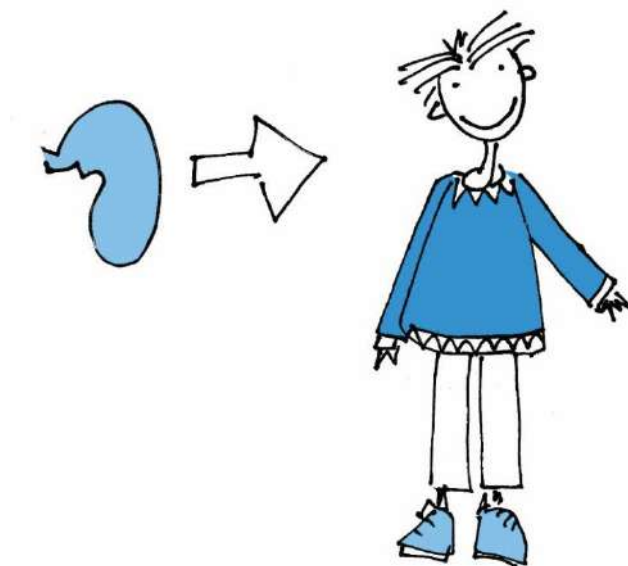
- Mejor calidad de vida para el paciente y su familia.
- Independencia de un tratamiento de diálisis.
- Menos restricciones en la alimentación.
- Menor coste económico del tratamiento.
- La incidencia de mortalidad y de complicaciones es menor.

Un trasplante de riñón es una **operación quirúrgica** que consiste en colocar un riñón sano de un donante (vivo o fallecido) en una persona cuyos riñones ya no funcionan correctamente.

Para poder llevar a cabo el Trasplante de Riñón no debe haber **incompatibilidad** entre el donante y el receptor.

La persona que necesita un riñón tiene que hacerse una serie de pruebas y exámenes para **asegurar que los riesgos que pueda correr sean los mínimos**, siempre garantizando la mayor seguridad y beneficio del procedimiento para el paciente y su familia.

Habitualmente, el nuevo riñón se coloca en el **lado derecho del abdomen** y, después de la operación, queda una cicatriz de unos 10 centímetros.



Capítulo 2

¿DE DÓNDE PUEDE VENIR EL RIÑÓN QUE NECESITO?

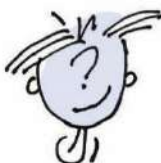
Existen dos tipos de **donantes de riñón**:

El Trasplante de Riñón de donante fallecido:

La persona que necesita un riñón recibe este órgano de otra persona que por alguna circunstancia ha **fallecido** y ésta y/o sus familiares han decidido, voluntariamente, donar sus órganos.

Esto se produce siempre en las **máximas condiciones de anonimato** y ni usted ni la familia del donante fallecido se podrán conocer nunca.

En este tipo de donación se evalúa la **compatibilidad** entre las dos personas para poder llevar a cabo el trasplante. También se garantiza que el órgano de la persona fallecida está en las **mejores condiciones** para poder ser trasplantado.

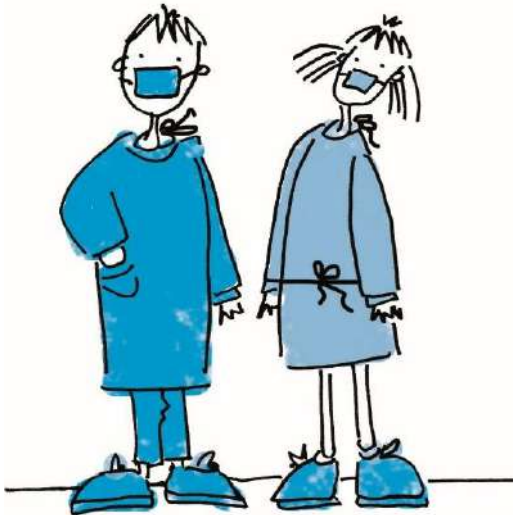


El Trasplante de Riñón de donante vivo:

La persona que necesita un riñón recibe este órgano de algún **familiar o amigo** cercano que se ofrece voluntaria y desinteresadamente a llevar a cabo la donación.

Este tipo de trasplante siempre es la **mejor opción**. Se puede realizar de manera programada evitando iniciar diálisis y el estrés que supone el no saber cuándo va a poder salir un donante fallecido en la lista de espera.

Para este tipo de trasplante, además de realizar las pruebas necesarias al receptor, también **se deberán hacer pruebas a la persona que se ofrece a donar el riñón**. Esto se hace para asegurar que esta persona que va a donar un órgano está bien de salud y correrá los mínimos riesgos. Si en estas pruebas se detecta alguna mínima contraindicación para la donación, esta persona no podrá ser donante y se deberán estudiar otras opciones.



Capítulo 3

¿TENGO OPCIÓN A UN TRASPLANTE DE RIÑÓN DE DONANTE VIVO?

La **mejor opción de tratamiento** que puede tener una persona con Enfermedad Renal es un **Trasplante de Riñón de un donante vivo**. Según todos los estudios que se han realizado a lo largo de muchos años, esta opción es la que mejores resultados logra en todos los sentidos y aspectos analizados (funcionamiento del riñón trasplantado, calidad de vida, recuperación, supervivencia tanto del donante como del receptor, etc.).

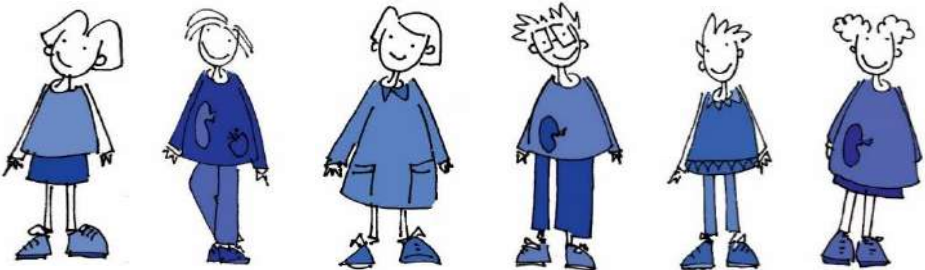
En España la compra o venta de órganos está penalizada por la ley y puede conllevar grandes consecuencias si se lleva a cabo. La donación de un riñón ha de ser un acto **libre, informado y voluntario** de una persona sana hacia otra persona que lo necesita. Por eso, no se puede presionar a nadie a que lleve a cabo este acto sin quererlo.

Además, hay que saber que la persona que quiere donar un riñón va a tener que realizar unas **pruebas y exámenes que garanticen** que está en condiciones óptimas de salud para que, después de haber realizado la donación, su vida sea igual que antes.

Una vez estas pruebas han salido bien y se puede llevar a cabo la donación, un **juez** deberá también autorizarlo. Esto se tramita en el juzgado donde van el/la donante y el equipo de profesionales responsables de la donación y el trasplante.

Un asunto importante a tratar y tener en cuenta es la **compatibilidad entre donante y receptor/a**. Este será uno de los exámenes importantes a realizar y, en el caso de que exista algún tipo de incompatibilidad con el/la donante vivo/a hay opciones para poder realizar finalmente dicho trasplante:

- **Tratamientos de desensibilización** en el receptor para corregir esta incompatibilidad.
- El **Trasplante Renal de donante vivo cruzado** con otra pareja con incompatibilidad entre ellos. En esta modalidad, el receptor recibe el riñón de otro donante vivo compatible pero no llegará a conocerlo nunca y el riñón de su pareja lo recibirá otro receptor que tampoco conocerá. Esto se organiza cuidadosamente desde la Organización Nacional de Trasplantes.



El equipo de profesionales de la Unidad de Trasplante Renal podrá **responder a todas sus preguntas** en relación con la donación de un órgano, los exámenes a realizar, la compatibilidad, etc.

Capítulo 4

¿CÓMO FUNCIONA LA LISTA DE ESPERA PARA UN TRASPLANTE DE RIÑÓN?

Si una persona con Enfermedad Renal no tiene posibilidad de recibir un riñón de un donante vivo existe la posibilidad de entrar en la lista de espera para recibir un **riñón de un donante que ha fallecido**.

El tiempo medio aproximado de espera para un Trasplante de Riñón es de **2,5 años**. Esto significa que la mayor parte de las personas candidatas se trasplantará en este periodo de tiempo, pero puede ser más o menos tiempo en función de cada persona, su edad, su grupo sanguíneo, el tiempo en diálisis, etc.

A pesar de que España es el país donde más Trasplantes de Riñón se realizan, la lista de espera incluye un buen número de candidatos que **no se trasplantan en menos de 4 o 5 años o que, incluso, no lo hacen nunca**. Esto se debe, sobre todo, a las características de cada paciente, sus problemas asociados y a una serie de factores que pueden limitar las posibilidades de recibir un riñón.

Una vez que se plantea la idea de entrar en la lista de espera para Trasplante de Riñón de donante fallecido, la persona candidata va a tener que **superar una serie de pruebas y visitas con diferentes especialistas** que deciden que los riesgos que conlleva realizar el trasplante de riñón son mínimos y que los beneficios que se van a lograr son mayores.

Estas pruebas se van a coordinar desde su **hospital trasplantador de referencia**. En Cataluña hay 6 hospitales trasplantadores y usted tendrá un equipo asistencial en uno de ellos que coordinará todas estas pruebas y finalmente aceptará llevar a cabo esta intervención. **Usted va a recibir toda la información** de cada una de las pruebas que va a realizar, de la decisión final y del momento de la inclusión en la lista de espera.

Si, por algún motivo, el equipo que lo atiende decide que usted no puede ser candidato a un Trasplante de Riñón, usted podrá solicitar una segunda opinión en otro centro.



Capítulo 5

¿EL RIÑÓN TRASPLANTADO DURA PARA SIEMPRE?

El Trasplante de Riñón es el mejor de los tratamientos para la Enfermedad Renal, pero, a corto o largo plazo, **el riñón trasplantado puede dejar de funcionar.**

Al igual que es difícil saber cuánto tiempo puede pasar una persona en la lista de espera para recibir un Trasplante de Riñón, también es difícil saber cuánto tiempo va a pasar antes de que este riñón deje de funcionar. En (pocas) ocasiones, el riñón trasplantado no llega a funcionar nunca y en otras ocasiones el riñón trasplantado puede seguir funcionando después de 40 años. **De media, un riñón trasplantado funciona unos 10 años**, pero, como hemos comentado, esto dependerá de las características de cada persona.

Para asegurar que este nuevo riñón funcione el mayor tiempo posible, **usted deberá tomar una medicación determinada (inmunosupresores) durante todo el tiempo que esté trasplantado** y que le explicarán de forma rigurosa. También es muy importante que, después del trasplante renal, siga las siguientes recomendaciones:

- Seguir una **alimentación rica y variada**, reduciendo las **grasas y alimentos ultra procesados** de su alimentación.
- **Bebiendo suficiente agua.**
- Eliminar **el tabaco** y reducir **el alcohol.**
- Mantener una vida activa y realizar **ejercicio físico.**
- Ocupar su tiempo en **actividades que le aporten satisfacción.**
- Seguir las indicaciones del equipo asistencial, **acudiendo a todas las visitas** que le programen en el hospital.

Cuanto antes empiece a seguir estas indicaciones, **mejor preparado estará para la intervención, mejor irá la operación, más pronto se recuperará y... ¡mejor irá todo!**



*Vida sana, alimentación variada,
ejercicio físico y descanso adecuado*

Capítulo 6

¿QUÉ DEBO HACER EL DÍA DEL TRASPLANTE?

El día que usted acuda al Hospital para recibir un Trasplante de Riñón, ya sea con un donante vivo o fallecido, deberá seguir las siguientes indicaciones:

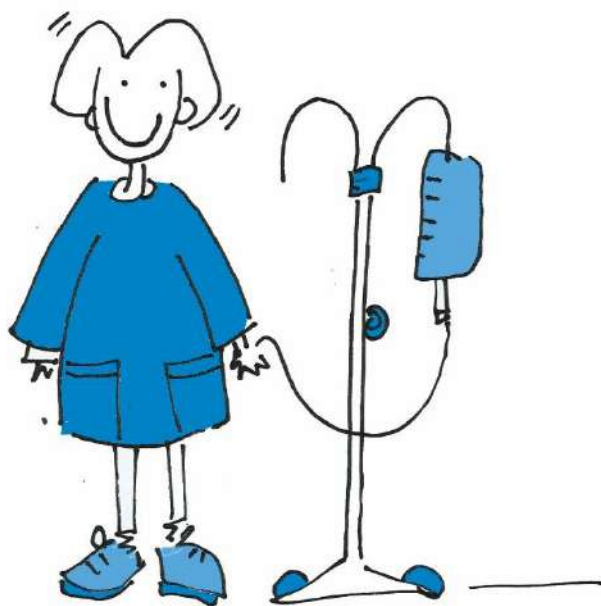
- Quedarse en ayunas y ya **no comer nada** hasta que le den más información en el hospital.
- Si es diabético, ¡controle el nivel de azúcar!
- Traer una **bolsa de aseo personal sencilla**. Podrá además traer algo de ropa cómoda, zapatillas cerradas de estar por casa y un cepillo de dientes.
- Es importante también traer el **listado de medicación** que toma habitualmente o la receta electrónica.
- Después de la intervención y durante el ingreso y recuperación, puede ser que necesite una **faja elástica abierta con cierre de velcro**. Le informarán de si deberá usarla y como la puede adquirir.
- Es recomendable dejar **joyas y objetos de valor** en el domicilio. ¡Al quirófano irá usted sin nada!
- Si le llaman para un posible trasplante renal, deberá **ir al Hospital lo más rápido posible**, manteniendo la calma.
- Puede **avisar a su centro de diálisis** que le han llamado para trasplantarse. Se alegrarán de la noticia y estarán informados de primera mano.



Si usted está en lista de espera, **puede recibir la llamada en cualquier momento**. Por tanto, debe estar siempre localizable y disponer de los medios para acudir con rapidez a esta llamada. Recuerde actualizar sus datos de contacto si cambia de residencia o teléfono.

A su llegada al hospital se realizarán las últimas pruebas para confirmar que todo está correcto (en usted y en el órgano) para poder llevar a cabo la intervención. Es importante que, para evitar riesgos o complicaciones, **informe al equipo de cualquier cosa que considere importante y que pueda complicar el procedimiento** (fiebre, mucosidad, tos, gripe, diarrea, vómitos o si se encuentra mal).

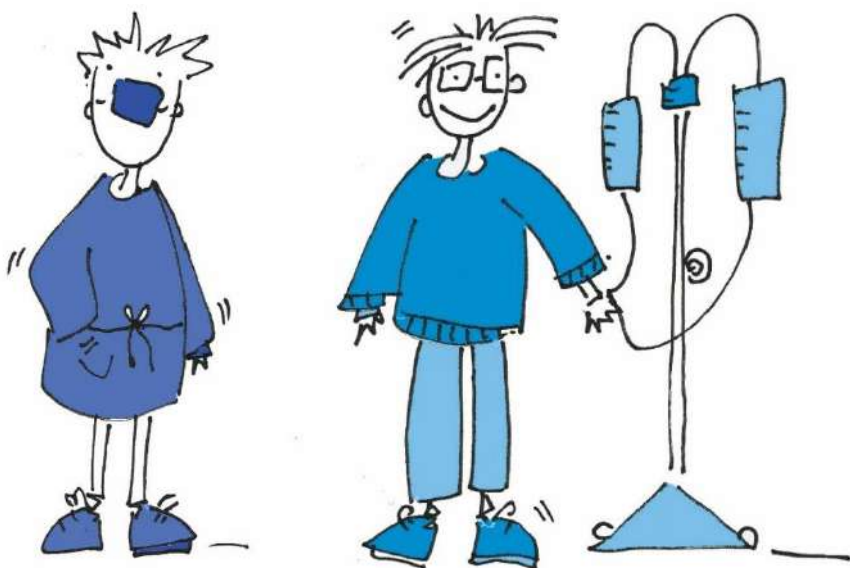
Después de asegurar que todo está bien, usted **irá a quirófano donde procederán a la intervención**. La operación dura unas 3 horas aproximadamente. Durante la intervención le colocaran 1 o 2 drenajes en el abdomen y una sonda urinaria. Todos estos dispositivos se irán retirando poco a poco a medida que ya no los necesite y así lo indique el equipo médico.



Una vez finalizada la operación, **pasará unas horas en el área de reanimación o vigilancia intermedia** donde se controlará que no surja ninguna complicación inmediata. Pasadas estas horas lo trasladaran a la unidad de hospitalización donde ingresó y allí será recibido por el equipo de enfermería y médico que lo acomodarán y examinarán. Podrá recibir visitas de sus

familiares más cercanos, pero estos deberán entrar teniendo en cuenta las medidas higiénicas y de protección que le indicarán.

El ingreso dura, aproximadamente, 7 días, si no hay ninguna complicación. Durante estos días, y según su evolución y la del riñón, usted empezará a comer y a moverse. Además, las enfermeras y médicos le irán explicando la nueva medicación y cuidados que deberá seguir para evitar el rechazo y posibles complicaciones.



Capítulo 7

ME VOY A CASA... ¿QUÉ DEBO HACER DESPUÉS DEL TRASPLANTE DE RIÑÓN?

Una vez usted sea dado de alta, **durante el primer mes lo visitaran regularmente** en el hospital. Después las visitas serán menos frecuentes en función de sus necesidades.

Para ayudar a mantener el riñón el mayor tiempo posible es muy importante seguir estas pautas:

- **Tomar siempre la medicación** para prevenir el rechazo (inmunosupresión) como y cuando le enseñen.
- **Mantener una alimentación equilibrada y saludable.** Es muy importante NO ganar peso ya que esto perjudica tanto al riñón como a usted.
- **Realizar controles** de: peso, presión arterial, temperatura, cantidad de orina diaria y cura de la herida quirúrgica según le indiquen.
- **Mantener una vida activa y hacer ejercicio.** Al principio sólo podrá salir a pasear, pero, poco a poco, tendrá más energía y ganas de hacer cosas.
- **Acudir siempre a las visitas** que se le indiquen y anotar las dudas que pueden surgir en el día a día para poder preguntarlas en la visita.



Capítulo 8

¿QUIÉN FORMA PARTE DEL EQUIPO DE TRASPLANTE RENAL?

En el Hospital, **diferentes profesionales de numerosas especialidades trabajamos en equipo para garantizar que su Trasplante de Riñón tenga los mejores resultados posibles.**

Todos estos profesionales vamos a centrar nuestros esfuerzos en usted y en garantizar en todo momento el mayor beneficio en cada una de las fases del proceso que va a iniciar.

El **equipo de enfermería** está compuesto por enfermeras y auxiliares de enfermería, encargadas de cuidarle y enseñarle todo lo necesario en relación con su salud y bienestar.

El **equipo de médicos nefrólogos**, está compuesto por diferentes profesionales responsables del estudio para el trasplante y su evaluación constante para garantizar la mayor calidad en sus tratamientos.

El **equipo de cirujanos urólogos** son los encargados de llevar a cabo la operación y la evolución de la cirugía.

Cada centro cuenta con la figura de un **coordinador de trasplantes** y es una pieza clave en la valoración de donantes y en la coordinación de la actividad de trasplantes.

Además de estas personas referentes, detrás **existe todo un equipo de profesionales que interviene con igual importancia en todo el proceso** como son: anestesistas, cardiólogos, neumólogos, radiólogos, otros médicos y cirujanos, personal de laboratorio, administrativas, personal de limpieza, personal de cocina y lavandería, personal de mantenimiento, y un largo etcétera que se va a dedicar en exclusiva a atenderle a usted y a su familia bajo los máximos estándares de calidad y profesionalidad.

Recuerde que **su opinión es muy importante y valiosa**. Asegúrese de dejarla por escrito antes de irse de alta para seguir mejorando en nuestro trabajo, en su atención y en la atención de futuras personas que van a recibir un trasplante renal y nos van a necesitar.



NOTAS

Avalada por:



Patrocinada por:

