



Material Base

1

Semana Riñón 2018 Salud de la Mujer y Riñón - Adolescentes

La enfermedad renal crónica (ERC) es un problema importante de salud, asociado al aumento en el peligro de muerte. El riesgo de desarrollar ERC es mayor en la mujer que en el hombre, por lo que cualquier medida que fortalezca la prevención de esta patología, tiene una enorme importancia.

Es por esto que la campaña de la Semana del Riñón 2018: “Salud de la Mujer y Riñón”, pretende crear conciencia en las mujeres sobre el cuidado de su salud, indicando cuáles son las medidas preventivas para evitar o minimizar los riesgos durante la adolescencia, principalmente si se trata de una adolescente embarazada, los cuidados nutricionales y el fortalecimiento de la lactancia materna, todo en pro de la salud general y renal en particular.

Embarazo adolescente y salud renal

A nivel mundial, unos 16 millones de muchachas de 15 a 19 años y, cerca de un millón de niñas menores de 15 años, dan a luz cada año. En Chile, se producen 30 mil embarazos en jóvenes, cuyas edades fluctúan entre los 15 y 19 años y en menores de 15 años, las cifras indican que son alrededor de mil embarazos por año.

Cerca del 50% de las y los jóvenes en Chile, inician las relaciones sexuales entre los 15 y los 19 años. La mayoría lo hace sin usar métodos anticonceptivos, especialmente en los sectores socioeconómicos bajos. El 70% de las jóvenes no usa método anticonceptivo en su primera relación sexual.

Las complicaciones durante el embarazo y el parto son la segunda causa de muerte entre las mujeres de 15 a 19 años en todo el mundo. El embarazo a edades tempranas, aumenta el riesgo tanto para las madres como para los recién nacidos, en el periodo preparto, postparto y puerperio. Los bebés de madres adolescentes se enfrentan a un riesgo considerablemente superior de morir que los nacidos de mujeres de 20 a 24 años.

El embarazo en la madre adolescente tiene más riesgos de enfermedades como:

- pre eclampsia (defecto de la implantación de la placenta que lleva a alza de presión arterial y proteinuria);
- infecciones (pielonefritis, aborto séptico),
- parto prematuro,
- retraso de crecimiento intrauterino (feto de bajo peso),
- hemorragias post parto, que pueden desencadenar insuficiencia renal aguda en la madre.

Organiza

Instituciones Adheridas





El feto está más predispuesto a: inmadurez fetal, bajo peso de nacimiento, malformaciones congénitas, falla renal en el recién nacido y más tarde, mayor probabilidad de presentar enfermedades crónicas como: diabetes, obesidad, hipertensión, dislipidemia.

¿Cómo se pueden prevenir los embarazos adolescentes?

- ✓ Decidir en forma libre, responsable e informada sobre su vida sexual y reproductiva.
- ✓ Postergar el inicio de las relaciones sexuales, sin aceptar presiones ajenas.
- ✓ Usar métodos anticonceptivos cuando decidan tener relaciones sexuales.

¿A quién puedes pedir ayuda sobre educación sexual, métodos anticonceptivos y cuidados del embarazo?

- ✓ Consultar espontáneamente a un profesional de la salud, capacitado en consejería en relaciones sexuales (médico general, pediatra, ginecólogo, matrona, etc.)
- ✓ Solicitar ser referida por su médico tratante a un profesional del área (ginecólogo, matrona, adolescentólogo).
- ✓ Conversar con padres o tutor responsable, para acudir a un profesional de la salud.

Lactancia Materna como factor protector de la Enfermedad Renal

Antes de la concepción y en el embarazo, es importante integrar y reforzar la prevención de las enfermedades no transmisibles (ENT) en la preconcepción y atención prenatal (para reducir el riesgo de la obesidad infantil mediante la prevención de bajo o alto peso al nacer, la prematuridad y otras complicaciones del embarazo).

El riñón del lactante tiene una funcionalidad del 75 al 80%, por lo que la leche materna es el alimento completo para la maduración fisiológica del organismo. La concentración adecuada de proteínas y solutos acompaña a la maduración renal y los prepara para una recepción adecuada de elementos cada vez más osmóticos. Los minerales y proteínas de la leche materna proporcionan un fluido que le permite al riñón infantil trabajar acorde a su maduración funcional hasta finalizar alrededor de los seis meses de edad.

En el caso de un prematuro, la leche materna se adapta fisiológicamente siendo más tiempo calostro y leche de transición que la de un niño de término. Lo cual, produce una maduración láctea más lenta acorde con los requerimientos nutricionales del bebé prematuro.

Es importante destacar que las madres adolescentes deben reforzar las técnicas de amamantamiento y, a la vez, contar con una asesoría nutricional de manera de asegurar la adecuada ingesta de nutrientes críticos según los requerimientos nutricionales para la edad adolescente y la condición de nodriza.

Organiza



Instituciones Adheridas



Infecciones de transmisión sexual (ITS) en niñas y adolescentes

3

50% de las ITS ocurren en adolescentes y jóvenes, siendo el mayor riesgo, los primeros 6 meses desde el debut sexual. El 30 % de los infectados por una ITS también son portadores de otra ITS.

Entre estas tenemos:

- hepatitis B,
- sífilis,
- VIH,
- gonorrea,
- trichomona vaginalis,
- chlamydia,
- virus herpes 2,
- virus papiloma.

De estas, **pueden ocasionar directamente daño renal: hepatitis B y VIH**, y si no son diagnosticadas ni tratadas, se pueden transmitir al feto y/o al recién nacido, al momento del parto.

¿Cómo sospechar una ITS?

Lo más frecuente en la mujer es que las ITS **NO dan síntomas**, pueden pasar inadvertidas y causar compromiso de la fertilidad futura. Si hay síntomas, puede manifestarse como:

- Dolor vaginal
- Flujo vaginal o uretral
- Picazón
- Aumento de volumen o nodulaciones en la piel

Es fundamental acudir a control ginecológico o con matrona una vez iniciada la actividad sexual o antes de ésta para consejería, dado que muchas veces no dan ninguna molestia.

¿Cómo prevenirlas las ITS?

- ✓ Actividad sexual responsable
- ✓ Uso correcto de preservativo siempre en cada relación sexual

Organiza



Instituciones Adheridas

