

Una prueba sencilla puede marcar la diferencia

¿Qué es un análisis de UACR?

Las personas que tienen diabetes tipo 2 deben tomar medidas preventivas para cuidar su salud cardiovascular, la cual es un sistema complejo que incluye los riñones.

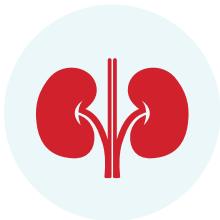
El análisis del cociente de microalbúmina-creatinina en la orina (UACR, por sus siglas en inglés) es una prueba sencilla que se realiza de manera anual y puede utilizarse para identificar señales tempranas de la enfermedad renal, también conocida como enfermedad renal crónica (ERC). La ERC es una enfermedad silenciosa que suele ser asintomática, hasta que es demasiado tarde para tomar medidas a fin de remediar los daños.

Si padeces diabetes tipo 2 y desarrollas una ERC, tienes tres veces más probabilidades de sufrir un evento cardiovascular mortal, como un ataque cardíaco o un ataque o derrame cerebral. Afortunadamente, es posible comprobar la función renal para detectar problemas de forma oportuna y realizar cambios a fin de prevenir las ERC con un sencillo examen preventivo.

¿Qué pruebas evalúan mi función renal?

1. En tu próxima consulta, solicita a tu doctor un análisis del UACR. Esta sencilla prueba de orina es una parte importante de la comprensión de tus números y la minimización de tus riesgos de padecer enfermedades cardíacas.
2. En tu próxima cita, tu doctor podría medir tu presión arterial, realizar un análisis de sangre llamado "tasa de filtración glomerular estimada" o TFGe, comprobar tus índices de proteínas en la orina y hablarte sobre las medidas de prevención relacionadas con el estilo de vida.

¿Qué puedo hacer por mi salud renal?



1. Entender los factores de riesgo



2. Ser proactivo



3. Mantener tus niveles de azúcar en la sangre y de la presión arterial en tu rango objetivo



4. Hablar con tu equipo de atención de la diabetes acerca de un plan de alimentación adecuado para ti



5. Hacerte exámenes de manera regular

SI TIENES DIABETES, HAY MUCHAS MÁS COSAS QUE PUEDES HACER PARA REDUCIR TU RIESGO DE SUFRIR UNA ENFERMEDAD CARDÍACA O UN ATAQUE O DERRAME CEREBRAL.

Habla con tu doctor sobre los siguientes pasos. No estás solo en esto. Encuentra las respuestas a tus preguntas y únete a esta iniciativa en el siguiente sitio web:

[KnowDiabetesbyHeart.org/join](https://www.knowdiabetesbyheart.org/join)