

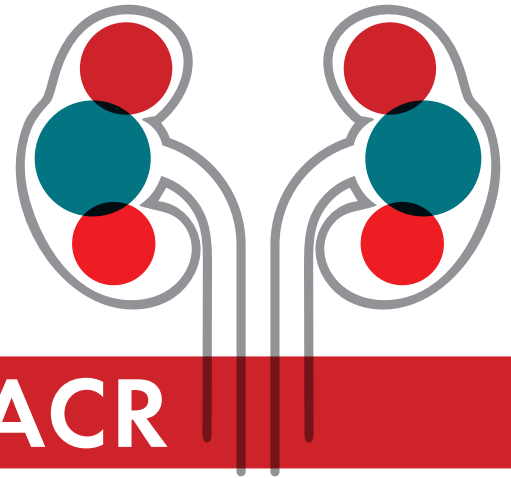


American Heart Association.



American Diabetes Association.

Know **Diabetes by Heart**™



MONITOREO DE TU SALUD RENAL CON PRUEBAS DEL UACR

● ¿Qué es la prueba del UACR?

Con la prueba del cociente de microalbúmina-creatinina en orina (UACR, por sus siglas en inglés), se evalúa tu salud renal. La prueba se realiza mediante un sencillo análisis de orina para comprobar la cantidad de albúmina en la orina. La albúmina es un tipo de proteína que, si se presenta en exceso, puede ser un signo de enfermedad renal.

● ¿Por qué es importante esta prueba?

Esta prueba, que se realiza para detectar niveles elevados de proteína albúmina en la orina, puede indicar de forma temprana la presencia de una enfermedad renal. Cuando no hay daño renal, se encuentran muy pocas proteínas en la orina. El daño renal como el que puede producirse por la diabetes hace que aumenten los niveles de albúmina en la orina.

● ¿Qué significan las cifras?

Un nivel de albúmina igual o superior a 30 significa que puedes tener daño renal.

Si tu prueba alcanza este nivel, habla con tu doctor sobre un plan de tratamiento. Se evaluará la salud de tus riñones mediante pruebas de UACR durante el tratamiento. La disminución de las cifras les permitirá a ti y a tu doctor saber si el tratamiento está funcionando.

● ¿Qué tan seguido debes realizarte la prueba del UACR?

Si padeces diabetes tipo 2 ► una vez al año

Si padeces diabetes tipo 1 desde hace al menos cinco años ► una vez al año

Si has tenido resultados de niveles altos en las pruebas ► con más frecuencia

● Toma el control de tu salud.

La enfermedad renal es una de las complicaciones más frecuentes de la diabetes y puede aumentar tu riesgo de padecer enfermedades cardíacas. La buena noticia es que muchos de los factores de riesgo de la enfermedad renal son tratables y puedes trabajar en ellos. Toma el control de tu salud renal haciendo lo siguiente:



Manteniendo controlados tus niveles de glucosa en la sangre (azúcar en la sangre)



Controlando tu presión arterial



Manteniendo un peso saludable



Controlando la salud de tus riñones mediante pruebas como el análisis del UACR