

## Dieta variada pero segura. La tecnología al servicio de los pacientes con insuficiencia renal

**Anna Morera Torres, M<sup>a</sup> Gloria Casals Suau, Marina Fenollar Boixader, Josep Maria Galceran Gui**

Althaia Centre Hospitalari. Barcelona

### Resumen:

Los pacientes con insuficiencia renal tienen un elevado riesgo de trastornos metabólicos derivados del aumento en sangre de componentes habitualmente eliminados por el riñón. Por este motivo, a menudo deben restringir en su dieta el aporte de estos componentes, fundamentalmente potasio, fósforo, sodio y agua. Los pacientes suelen recibir este aprendizaje en sesiones con personal especializado de enfermería y se facilita material gráfico explicativo. Sin embargo, con el paso del tiempo las recomendaciones se olvidan y los materiales se pierden, o no se tienen a mano cuando se necesitan, o bien quien se encarga de esta tarea no es el mismo paciente sino un cuidador que no ha recibido la formación adecuada. En consecuencia, a menudo sucede que o se aplican restricciones demasiado estrictas, limitando innecesariamente la dieta, o bien se adopta un comportamiento de riesgo al consumir alimentos peligrosos.

Nuestro servicio de Nefrología y otros profesionales, ha desarrollado una aplicación para teléfonos móviles y tabletas para la ayuda en la dieta a pacientes con insuficiencia renal. La aplicación permite una consulta intuitiva de alimentos y un código visual de seguridad, así como consejos para la manipulación de los alimentos; ofrecer recetas y menús que permite a los usuarios enviar y compartir sus propias recetas, previa validación profesional.

Presentamos a la comunidad de enfermería nefrológica esta aplicación, que puede mejorar la calidad de vida de los pacientes con insuficiencia renal y reducir el riesgo de hiperpotasemia e hiperfosfatemia.