

Entre dietas, diálises e transplantes: a saúde dos insuficientes renais

Condição afeta dez milhões de brasileiros e pode exigir tratamentos semanais para a manutenção da saúde e qualidade de vida

Por Davi Goulart

A insuficiência renal é a condição na qual os rins perdem a capacidade de efetuar as funções básicas. De acordo com o Ministério da Saúde, mais de dez milhões de brasileiros sofrem com a doença. No mundo, os enfermos chegam aos 850 milhões e os óbitos anuais aos 2,4 milhões segundo dados do International Society of Nephrology (ISN). As lesões nos rins produzem sintomas como retenção de líquidos, fadiga frequente e imunidade baixa. A condição deve ser tratada com acompanhamento médico, além de uma dieta balanceada para a não sobrecarga das funções renais. Em casos mais graves, os pacientes são submetidos a sessões de diálise e transplante de órgão.

A hemodiálise é usada no tratamento de enfermos com funcionamento renal inferior a 15%. Os rins são os órgãos responsáveis pela regulação da água e dos elementos químicos no sangue do corpo humano. Elementos como sódio, potássio e fósforo são armazenados e eliminados via urina de acordo com a necessidade do organismo. Como os insuficientes renais tem essa função prejudicada, a hemodiálise faz esse trabalho a partir de um filtro que retira as toxinas e a água que se encontram em excesso. O sangue é bombeado para fora do corpo via cateter e direcionado a uma máquina. Depois do processo de filtração, o sangue é devolvido ao organismo do paciente.

A nutricionista Nilcilene Siqueira informa que insuficiência pode ter origem hereditária ou pelo não tratamento de comorbidades como diabetes e hipertensão. Segundo a profissional, o controle do consumo de água e de proteínas tem papel fundamental para retardar o tratamento por diálise. “Um paciente com 60% de função renal consome por dia 0,6 g de proteína por kg de peso e 800ml de água, por exemplo. No caso dos hipertensos, também reduzimos a ingestão do sódio e dos diabéticos dos açúcares. Tudo isso diminui consideravelmente a sobrecarga dos rins”, conta.

Nilcilene trabalha há 25 anos na Clínica de Diálise da cidade de Rio Bonito, na Região Metropolitana do estado do Rio de Janeiro. O espaço faz diálises semanais para mais de 150 pacientes, que passam por três sessões de hemodiálise semanais com duração de quatro horas cada uma. Todos os pacientes que dão entrada no Centro são encaminhados

para um nutricionista. “Realizo sempre minhas consultas na presença de um familiar do atendido. A família tem um peso muito importante no tratamento, pois ela dará todo o suporte prático e até mesmo psicológico ao insuficiente renal. O paciente terá de lidar com uma nova forma de viver”, conta Nilcilene.

Insuficientes renais estão particularmente proibidos de consumir carambola. A fruta é rica em caramboxina, uma toxina não dialisável que pode causar vômitos, fraqueza muscular, insônia, confusão mental e convulsões. “É algo pouquíssimo divulgado e que pode levar os enfermos a óbito por um simples descuido. É a primeira coisa que alertamos os nossos pacientes”, afirma.

Alessandro Miranda Araújo, 47, realiza diálises semanalmente no Centro há 16 anos. O paciente foi vítima da enfermidade por herança genética e desde os nove meses já apresentava sintomas da doença. “Quando eu era criança, havia pouca informação e os mais velhos falavam que eu ‘vivia com barriga d’água’. Com 19 anos, perdi todas as funções quando tive uma obstrução no canal da uretra. A urina não saía totalmente e voltava para o rim, que acabou contaminado”, relata Alessandro.

Após o ocorrido, Alessandro recebeu um rim transplantado o pai e teve a saúde estabilizada. O paciente ficou completamente afastado da enfermidade por 12 anos, até que foi vítima de uma contaminação bacteriana na fístula. O quadro se agravou para uma infecção generalizada que suprimiu a totalidade das funções do órgão transplantado.

Alessandro chegou a receber um segundo rim por doação de cadáver, mas o procedimento foi malsucedido e o órgão perdeu as funções em apenas 11 meses. Hoje, Alessandro diz estar cansado de cirurgias e não pretende fazer um terceiro transplante. “Para entrar na fila, eu teria que fazer um procedimento prévio de retirada dos dois enxertos que não funcionam mais. Então, eu prefiro a diálise”, relata.

Alessandro mora no município de Saquarema, na Região dos Lagos do estado do Rio de Janeiro. A cidade não possui clínica de diálise e, para realizar as sessões, os enfermos locais têm que se deslocar para o município vizinho de Rio Bonito. O transporte é oferecido de maneira gratuita pela prefeitura, que disponibiliza vans que buscam os pacientes em suas respectivas residências.

Quando perguntado sobre a alimentação, Alessandro conta que não segue o plano alimentar recomendado pela Clínica. O paciente afirma que o tratamento de insuficiência

já é desgastante o suficiente e que a necessidade de se submeter a mais uma limitação o aborrece. “Ao mesmo tempo que a máquina nos ajuda, ela aos poucos nos enfraquece. Se a gente faz diálise, faz cirurgia e ainda deixa de comer o que gosta, tudo fica cansativo”, afirma.

Nilcilene reforça a importância da dieta para a manutenção de um estado nutricional saudável. Apesar disso, a profissional reconhece que muitos dos enfermos só costumam seguir as recomendações depois que sofrem com a anemia e o surgimento de edemas. “As pessoas esquecem que é possível manter uma qualidade de vida. Trabalho em clínica de diálise há mais de 20 anos e tenho pacientes que me acompanham desde o meu início nessa carreira. Meu papel como nutricionista é de elucidar a questão alimentar para que todos saibam gerir as próprias ações”.

Aluno: Davi Gonçalves Goulart

Prof: Alexandre Caroli

Redação Jornalística

As entrevistas foram feitas por zoom.