

Trasplante renal: Cómo proteger a su riñón frente a las infecciones

En los primeros seis meses después de la cirugía, los pacientes trasplantados tienen un mayor riesgo de sufrir una infección.

Hay cosas importantes que puede hacer para protegerse de sufrir una infección después de que ha recibido un trasplante, o de detenerla antes de que se agrave demasiado.

Algunas de las cosas importantes que puede hacer son las siguientes:

- Mantenga limpias las manos. Use jabones y desinfectantes de manos que eliminen los gérmenes. Pídales a sus cuidadores, miembros de su equipo de atención médica, familiares y amigos que hagan lo mismo.
- No vaya a lugares con mucha gente, como tiendas, cines, restaurantes e iglesias atestados.
- Evite las carnes semicrudas, los mariscos y los alimentos crudos, como el sushi. No coma toronja (pomelo) ni beba su jugo, ni granada o su jugo, ya que pueden provocar una interacción con los fármacos. El nutricionista en su centro de trasplantes puede ayudarle a entender qué alimentos debe evitar, y por qué. El nutricionista también puede ayudarle a encontrar una dieta que sea adecuada para usted.
- Vacúnese. Su médico le sugerirá determinadas vacunas para ayudar a prevenir infecciones, como la de la gripe, neumonía o hepatitis B. Estas vacunas son importantes para ayudarle a mantenerse sano/a.
- Cepílese los dientes y use hilo dental todos los días, y consulte a su dentista regularmente. Las bacterias presentes habitualmente en la boca pueden provocar una infección que se disemine al resto del cuerpo.
- Manténgase apartado/a de personas que estén enfermas o que no se sientan bien.
- Evite actividades tales como la natación, tareas con plantas al aire libre, jardinería o cuidado de animales—especialmente aves. Las aves pueden transmitir enfermedades a las personas.
- Participe en sus cuidados. Asegúrese de seguir las indicaciones de los medicamentos que le receten. No salte dosis de sus medicamentos. Incluso omitir una sola dosis puede aumentar las probabilidades de rechazo del órgano. En el único caso en que debe saltar una dosis es si su médico u otro miembro del equipo de atención médica le indican que lo haga.

Si piensa que tiene una infección, llame a su médico o coordinador de trasplantes de inmediato, y dígame cómo se siente, y los signos y síntomas que tenga. Si no puede comunicarse con un miembro del equipo de atención médica, busque atención médica por otro lado.



National Kidney Foundation. (29 de mayo de 2020). Food to Avoid After Transplantation. Extraído de <https://www.kidney.org/atoz/content/foods-avoid-after-transplantation>.



3000 Bayport Drive, Suite 300, Tampa, FL 33607 | 844.472.4250 | 813.354.1514 fax | www.esrdncc.org

Este material fue preparado por el contratista del Centro de Coordinación Nacional de la enfermedad renal en etapa terminal (ESRD NCC, por sus siglas en inglés), en virtud de un contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), un organismo del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. El contenido no refleja necesariamente la política de los CMS ni implica el aval del gobierno estadounidense. FL-ESRD NCC-7N5TA2-08212020-02

