

## Diálisis peritoneal (PD) y hemodiálisis (HD):

### Distensión abdominal:

Limite el consumo de líquidos, siga las directrices para los líquidos, y hable con su dietista y médico sobre las restricciones de líquidos si no está seguro de cuánto líquido debería estar tomando.

### Ejercicio:

Hable con su médico acerca de cuáles ejercicios puede hacer para ayudar a limitar el aumento de peso.

### Postura:

Párese erguido. Cuando usted se encorva, los hombros se caen hacia adelante haciéndole ver más bajo y dándole la apariencia de tener más peso en el área abdominal. Imagínese en levantar su cuerpo con una cuerda desde el cuello hasta los tobillos. Mírese en un espejo para revisar su postura. La práctica hace al maestro.



## Acceso de diálisis e imagen corporal



Para presentar una queja, los pacientes pueden llamar al 1(800) 456-6919 o descargar los formularios de nuestro sitio web: <http://www.therenalnetwork.org>, y enviarla a The Renal Network.

Publicado bajo el contrato de CMS:  
HHSM-500-2016-00010C.

## Imagen corporal

Para muchos pacientes, puede ser difícil sentirse bien con ellos mismos y con sus cuerpos después de los cambios que ocurren cuando inician la diálisis. A continuación encontrará algunos consejos sobre cómo tener una imagen corporal saludable, incluso con los cambios que causa la diálisis. Si tiene problemas con la imagen corporal, hable con su trabajador social o con otros pacientes para tener una nueva perspectiva.

## Diálisis peritoneal

Aumento de peso debido a la solución alta en dextrosa: evite el consumo elevado de sal y de líquidos en exceso. Si con frecuencia aumenta líquidos en exceso, es posible que su médico le recete una solución que contenga más azúcar (dextrosa) y que le provoque un aumento de peso.



## Catéter de diálisis peritoneal (PD); tubo en el abdomen:

Un catéter de PD es delgado y lo más probable es que no sea visible debajo de la ropa. Es posible que quiera usar un cinturón de diálisis peritoneal (PD) para mantener el catéter apartado y protegido.

## Hemodiálisis

### Catéter:

Si tiene un catéter venoso central para la hemodiálisis, usted tendrá un tubo colgando de su pecho que puede ser visible debajo de alguna ropa, como por ejemplo, una camisa con cuello en V. Los catéteres no son el acceso ideal para la hemodiálisis y están relacionados con muchos riesgos para la salud. Si está recibiendo diálisis con un catéter, usted debe preguntarle a su equipo de atención médica acerca de una mejor opción de acceso.



## Fístula o injerto arteriovenosos (AV):

Si tiene una fístula o un injerto arteriovenosos, usted probablemente tenga cicatrices en el brazo debido a la cirugía. Algunas veces, estas cicatrices pueden ser más grandes de lo que usted esperaba y algunos pacientes tienen sentimientos negativos respecto a cómo se les ve el brazo. Si no cuida adecuadamente su acceso, o si no rota los sitios de inserción de la aguja, es posible que se le hagan bultos en el brazo que podrían necesitar una cirugía adicional para corregirlos. Hable con su médico acerca de cómo cuidar su acceso. Piense en su acceso como la línea de su vida. Posiblemente desee usarlo como una manera para poder hablar sobre la enfermedad renal con los miembros de su familia o amigos. Si no le gusta cómo se ve su acceso, generalmente puede ocultarlo con la manga de una camisa cuando no esté en su tratamiento.

