

La importancia de Peso Seco en pacientes en Hemodiálisis y Diálisis Peritoneal

El termino de “Peso Seco” se refiere al peso alcanzado cuando ya no se cuenta con exceso o deficiencia de líquido en el cuerpo, conocerlo es de mucha utilidad en pacientes que se encuentran en hemodiálisis o en diálisis peritoneal.

La importancia radica en dos aspectos fundamentales; primero, el exceso de líquidos en el cuerpo produce hipertensión arterial y pobre control de la misma a pesar de los medicamentos, esto a su vez produce alteraciones cardiacas y mal pronóstico con aumento en el riesgo de muerte y segundo, el extraer liquido en exceso durante el proceso dialítico produce descenso de la presión arterial con aumento en el riesgo de complicaciones asociadas a la falta de oxígeno que llega al cerebro, corazón y otros órganos.

Entonces, el peso seco es de vital importancia para los pacientes en diálisis, comúnmente la determinación del este parámetro se realiza con diferentes técnicas, difíciles de realizar y algunas poco confiables y otras que, aunque son buenas en la detección de la sobre hidratación, no detectan estados de deshidratación.

En años recientes se ha implementado el análisis del peso seco mediante la bioimpedancia eléctrica que se refiere a la resistencia que ejercen los diferentes tejidos del cuerpo al paso de corrientes eléctricas, esto permite determinar la composición corporal (cantidad de grasa corporal total, la masa muscular y la cantidad de agua corporal total), sin embargo, pocos equipos están validados y han demostrado ser confiables en pacientes con enfermedad renal o en diálisis.

Estos avances tecnológicos nos permiten mejorar la seguridad y la eficacia de la atención que brindamos a nuestros pacientes para mejorar su estado de salud, mejorar su esperanza y calidad de vida.

EL ABC del peso seco



Su peso corporal está compuesto por dos tipos de peso. El peso líquido es el agua normal del cuerpo y también el peso que usted aumenta entre los tratamientos. El peso sólido incluye los huesos, los músculos y la grasa. El peso seco es su peso sin el **exceso** de líquido en el cuerpo y el menor peso que puede tolerar de manera segura después de la diálisis sin tener síntomas o presión arterial baja. Su médico determina cuál debe ser su peso seco tras revisar sus tratamientos de diálisis y hablar con usted y examinarlo.

La diálisis elimina el peso líquido que usted aumenta entre los tratamientos de diálisis para ayudarlo a mantenerse en su peso seco. Cuando usted no está conectado a la máquina, también es necesario que mantenga su consumo diario total de líquidos en la cantidad que le indique su médico. Generalmente esta cantidad es aproximadamente un cuarto de galón por día, y beber esta cantidad todos los días debería provocar un aumento de 2 kg o 4 libras entre los tratamientos de diálisis.

Recuerde lo siguiente:

Su peso líquido aumentará demasiado si:

- ✚ Bebe más líquido de lo que debería.
- ✚ Consume más sodio de lo que debería.

Puede cambiar su peso corporal sólido si:

- ✚ Hace más o menos ejercicio físico.
- ✚ Consume más o menos alimentos.

Comer menos alimentos produce la pérdida de músculo, grasa y peso sólido, y comer más alimentos produce el aumento de músculo, grasa y peso sólido. Si se pasan por alto los cambios en su peso sólido y su médico no evalúa y ajusta su peso seco con la suficiente frecuencia, puede tener problemas durante y entre los tratamientos de diálisis.

Es importante que hable con su médico y con el personal que realiza la diálisis sobre estos cambios en su salud, apetito y actividad física, de manera que sea posible cambiar el peso seco indicado por su médico para mantenerse a la par de los cambios en su cuerpo y que usted se sienta de la mejor manera.

¿Cómo puede saber si está en su peso seco?

- ✚ La presión arterial puede estar dentro del rango normal después de la diálisis o antes de su próximo tratamiento.
- ✚ No se marea ni tiene calambres entre los tratamientos de diálisis.
- ✚ No tiene edema ni hinchazón en los ojos, los brazos, las manos, las piernas o los pies.
- ✚ Puede respirar con facilidad y comodidad.
- ✚ No necesita almohadas extras para poder respirar cómodamente mientras duerme o está acostado.



Understanding Dialysis dry weight

The term "dry weight" refers to the weight achieved when there is no excess or deficiency of fluid in the body, knowing it is very useful in patients who are on hemodialysis or in peritoneal dialysis.

The importance lies in two fundamental aspects; First, the excess of fluids in the body produces hypertension and poor control of the same despite the medications, this in turn produces cardiac alterations and poor prognosis with increased risk of death and secondly, the extraction of excess fluid during the dialytic process causes blood pressure to decrease with an increased risk of complications associated with a lack of oxygen reaching the brain, heart and other organs.

Dry weight is therefore of vital importance for patients on dialysis. Usually the determination of this parameter is performed with different techniques, difficult to perform and some unreliable, and others that, although they are good at detecting over-hydration, do not They detect states of dehydration.

In recent years the analysis of the dry weight has been implemented through the electrical bio impedance that refers to the resistance exerted by the different tissues of the body to the passage of electric currents, this allows to determine the body composition (amount of total body fat, muscle mass and the amount of total body water), however few devices are validated and have proven to be reliable in patients with renal disease or on dialysis.

These technological advances allow us to improve the safety and effectiveness of the care we provide our patients to improve their health, improve their hope and quality of life.

→ Why Weight? ←

What is.... Dry Weight

[Weight without extra fluids]
[Goal weight after dialysis]



Too much fluid?

Ugh! You might need extra time on dialysis to get it off!

Removing Fluid:

Too much, too fast strains the heart!



Your **Dry Weight** is...

How much fluid can dialysis safely remove?

NO more than 13 ml/kg/hr OR
for 150 pound person (68 kg) they
can remove 7.7 pounds (3.5 kg)

BUT!... Everyone is different!

Some people can't remove that much!!



Feel your best!

Great ways to control thirst!



Cut the salt!



Choose fresh
produce for snacks!



Quench thirst with popsicles,
frozen fruit, and ice!



Chew gum!



Suck on
sour candy



Only drink
to thirst

