



BOLETÍN INFORMATIVO PARA PARTICIPANTES

VERANO/OTOÑO 2012
Volumen 1 : 2^{da} Edición

Estimado Voluntario SPRINT:

¡Apreciamos mucho su participación en el Estudio SPRINT! Un dato interesante de este estudio de investigación es que hemos establecido tres subgrupos de participantes que queremos formar:

- Personas con 75 o más años de edad
- Personas con insuficiencia renal crónica
- Personas con antecedentes de enfermedades del corazón

Gracias a todos los voluntarios SPRINT tendremos ayuda para encontrar la respuesta sobre si es mejor tener la presión sistólica (la alta) al nivel de 140 mmHg o 120 mmHg. Esta forma de agrupar a los participantes es clave porque nos permitirá estudiar cómo influyen los niveles de alta presión, en comparación con los de baja presión, en personas mayores de edad, o con alguna enfermedad cardíaca o problemas renales.

Si usted conoce a alguien mayor de 75 años, o alguien con afecciones renales, o con alguna enfermedad cardíaca y que pudieran interesarse en participar de este importante estudio, nos ayudaría que usted les facilite nuestro teléfono para que ellos puedan comunicarse a nuestra oficina.

¡Le deseamos una temporada plena de salud!
Lawrence J. Fine, MD, DrPH
Oficina del Proyecto en NIH

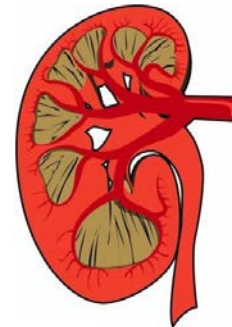
En esta edición:

Estudio SPRINT 1

Riñones: Afecciones Crónicas 2

Perspectiva de un Participante 3

Mapa SPRINT 4



Cuidar los Riñones

- Tener un estilo de vida saludable**
- Mantenerse activo**
- Evitar alimentos ricos en potasio**
- No fumar**
- Beber con moderación**
- Visitar regularmente a su médico**
- Evitar el exceso de sal (sodio)**





¿Qué es Insuficiencia Renal Crónica?

La labor de los riñones es eliminar desperdicios del cuerpo, como también las toxinas y el exceso de agua (fluidos) y de sal (sodio). Los riñones pueden debilitarse por distintos motivos. Un debilitamiento repentino con recuperación luego de pocos días o semanas se le llama lesión “severa” de riñón. Sin embargo, si el debilitamiento dura meses o años se vuelve crónico y se conoce como Insuficiencia Renal Crónica (o CKD por sus siglas en inglés).

El exceso de sal y agua en el cuerpo perjudican seriamente el estado de salud de una persona. Generalmente, la sal y el exceso de fluidos van de la mano uno con el otro. Si una persona con insuficiencia renal (CKD) consume altos niveles de sal, los fluidos comienzan a acumularse en el cuerpo ya que los riñones no pueden eliminar ese exceso de sales y fluidos. Esta acumulación de fluidos aumenta así mismo la presión en las arterias y vasos capilares, pudiendo resultar en presión arterial más alta. La alta presión exige más al corazón, los riñones y el cerebro.

¿Por qué evaluamos CKD en SPRINT?

SPRINT busca a establecer si es que mantener la presión arterial por debajo de los niveles que se recomiendan en la actualidad logra reducir la incidencia de paros o ataques en personas de alto riesgo. Lamentablemente, tener CKD también aumenta el riesgo de paros cardíacos y apoplejías. Por ese motivo es que también se estudia si mantener los niveles de presión un poco más bajos ayudaría también a disminuir estos riesgos en personas con CKD. La presión alta puede dañar los riñones. Si la condición es de insuficiencia

renal crónica (CKD), la presión puede seguir subiendo. El Estudio SPRINT ha sido diseñado para averiguar si la presión arterial por debajo de los niveles actualmente recomendados ayudaría a desacelerar los daños a los riñones. Se desconoce aún cuál sería el nivel de presión ideal para gente con CKD. Es por eso que SPRINT incluye a pacientes voluntarios con CKD. Sus funciones renales serán evaluadas periódicamente a lo largo del estudio.

¿Participar en el Estudio SPRINT afecta el programa de medicinas que yo tomo?

SPRINT utiliza distintas medicaciones para el tratamiento de la presión alta. En este estudio no estamos obligados a utilizar un único o determinado tipo de medicamento. De hecho SPRINT provee medicamentos que ofrecen mayor protección a los riñones. Puede haber cambios o ajustes a la medicación asociada a su tratamiento a efectos de lograr mantener los niveles de presión arterial adecuados que establece el Estudio SPRINT.

¿Qué tipo de dieta debo mantener durante mi participación en el Estudio SPRINT?

Usted debe seguir cualquier dieta que su médico le haya recomendado. Deberá mantener una dieta baja en sodio (sal) ya que eso ayuda a mantener niveles más bajos de presión arterial. El equipo de profesionales de SPRINT le recomendará comer con menos sal. Existen otros nutrientes que pueden afectar su presión arterial. Por ser el potasio también uno de esos nutrientes, es posible que ya le hayan explicado que ciertas frutas y vegetales, y los substitutos de la sal, tienen alto contenido de potasio y conviene moderar su consumo. Otro de los nutrientes a controlar es el fósforo, presente en las bebidas gaseosas y los lácteos. Sin embargo, siga siempre las indicaciones de su propio médico respecto al control de su presión arterial y el cuidado de los riñones.



PERSPECTIVA DE UN PARTICIPANTE:

Leroy Hammond

De: Aurora, Colorado
59 años de edad

Profesión: Siguió la profesión de su padre (Hammond's Janitorial Services) y es en la actualidad supervisor de limpieza del edificio Logan Towers, ubicado en el centro de Denver.

Pasatiempos: “¡Me encanta correr autos!” Con el apoyo de su madre y de su esposa, Leroy viene preparando autos desde que tenía 15 años de edad. Tuvo su primer auto



(un Chevy '58 que no andaba) al cumplir 16 años. Lo arregló, lo vendió, y así comenzó su amor por los autos. A través de los años ha tenido unos 50 autos y actualmente corre carreras con su Chevy Monza modelo '79 en el autódromo Bandimere Speedway en Denver.

¿Cómo supo acerca del Estudio SPRINT?

“Recibí una llamada hace unos meses, luego de salir del hospital donde estuve internado por presión arterial muy alta. Tuve el ataque hipertensión arterial en el trabajo y pensé, “Hasta aquí llegue... pero luego me recuperé poco después comencé a ir a SPRINT.”

¿Por qué decidió participar?

“Quería aprender a controlar mi presión con una mejor dieta y con más monitoreo.”

¿Qué le gusta sobre participar en el estudio? “¡Todo... y definitivamente he aprendido a cuidarme mejor! Tomo mis medicinas a diario, dos veces al día, ¡lo cual no hacía antes! El estudio y su equipo han sido una gran motivación y cuando voy disfruto de verles. No hay duda que estoy mejor gracias al estudio.”



¿Cuáles son los desafíos de participar en el estudio? “Las muestras de sangre no son mi parte preferida...pero en realidad no hay desafíos. Me gusta venir a la clínica.”

Lo que los demás dicen de Leroy: ¡Leroy disfruta de la vida! Cuando habla de sus pasatiempos y de este estudio se emociona. Disfrutamos sus visitas porque siempre viene de muy buen humor y nos alienta mucho también saber que él se siente que el estudio ha sido algo tan bueno en su vida.

Su consejo: “Haga lo que le diga su médico y siga participando en el programa SPRINT ... ¡puede hacer una gran diferencia para usted y para otros en el futuro.”





CENTROS CLÍNICOS de SPRINT
www.sprintrial.org

