FRESENIUS MEDICAL CARE

Cuestionario de Kidney

1. La principal fuente de energía de los alimentos para nuestro cuerpo es:
   - a) Proteínas
   - b) Carbohidratos
   - c) Vitaminas
   - d) Grasas
2. Las grasas no saturadas (líquidas a temperatura ambiente) son mejores para usted porque:
   - a) Tienen menos calorías
   - b) Cuestan menos
   - c) Son saludables para el corazón
   - d) Son más fáciles de eliminar por diálisis
3. ¿Cuál de las siguientes opciones es una buena fuente de proteína de alta calidad?
   - a) Pollo
   - b) Frijoles secos
   - c) Tofu
   - d) Galletas saladas (oyster)
4. Una buena manera de saber si usted está recibiendo suficiente proteína es:
   - a) Usted está perdiendo peso
   - b) Su hematocrito es superior al 33%
   - c) Su nivel de albúmina es superior a 4.0 g/dL
   - d) Se desespera por comer huevos
5. Cuando usted está en diálisis, el exceso de potasio en su dieta puede:
   - a) Aflojar sus dientes
   - b) Detener su corazón
   - c) Causar enfermedad en los huesos
   - d) Cambiar su visión
6. La osteodistrofia renal se produce cuando el exceso de fósforo en la sangre extrae un mineral del hueso. ¿A qué mineral nos referimos?
   - a) Zinc
   - b) Calcio
   - c) Hierro
   - d) Potasio
7. El sodio (sal) se limita en la dieta estándar de hemodiálisis (HD) en el centro porque:
   - a) La sal da sed, y puede aumentar su riesgo de accidente cerebrovascular y cardiopatía
   - b) La sal hace que se vuelva olvidadizo
   - c) La sal hace que coma demasiada proteína
   - d) La sal hace que tenga sueño
8. Una manera de mantener su fósforo en el rango seguro es consumir menos fósforo. La otra manera es:
   - a) Registrar su alimentación diaria y el consumo de bebidas
   - b) Realizar un seguimiento de su peso diario
   - c) Consumir aglutinantes de fósforo en cada comida y merienda
   - d) Aumentar su consumo de vitaminas
9. Si usted quiere comer un alimento que es rico en potasio, fósforo y/o sodio, ¿cuál de las siguientes opciones es una buena idea?:
   - a) Encontrar un sustituto que no le guste mucho
   - b) Consumir muchos alimentos y pasar por alto los límites
   - c) Consumir una porción más pequeña de comida como un gusto ocasional
   - d) Evitar la comida en todo momento
10. Si alguien está en diálisis, tomar mucha líquido puede causar:
    - a) Hinchazón, dificultad para respirar, daño al corazón, dolores de cabeza e hipertensión.
    - b) Dolores de cabeza, picazón en la piel, caída del cabello y problemas auditivos
    - c) Problemas en los senos nasales, mal aliento, zumbido en los oídos y mal olor corporal
    - d) Pérdida de peso, lenguaje mal articulado y estornudos incontrolables

¡Felicitaciones, usted ha terminado el cuestionario! Aquí están las respuestas correctas para que pueda ver cómo lo hizo:

1) b 2) c 3) a 4) c 5) b 6) b 7) a 8) c 9) c 10) a

Kidney School, un programa de Medical Education Institute, Inc., recibe el apoyo de una subvención exclusiva y sin restricciones de Fresenius Medical Care North America.