

¡ACUDE A NUESTRA ACTIVIDAD!

Compruebe si está en riesgo de padecer insuficiencia renal, acudiendo nuestra mesa organizada por la Fundación Renal Iñigo Álvarez de Toledo, junto al Estadio Santiago Bernabéu.

Mediante unas sencillas pruebas y de forma gratuita, nuestro personal especializado le ayudará a saberlo.

JUEVES 9 DE MARZO DE 9:30 A 14:30 HORAS
Paseo de la Castellana esquina con Avenida de Concha Espina

Resultados de las pruebas (9 de marzo de 2017)

TENSIÓN ARTERIAL:

(Valores recomendados menores a 140/90)

GLUCOSA EN SANGRE:

(Valores recomendados en ayunas entre 80 y 110)

CREATININA EN SANGRE:

(Valores recomendados menores a 1)

FUNCIÓN RENAL (MDRD estimado)

(Valores recomendados superiores a 60)



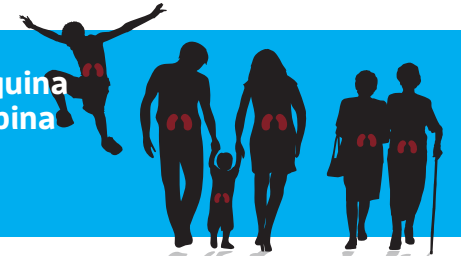
Organiza:



FUNDACIÓN RENAL
Iñigo Álvarez de Toledo



Paseo de la Castellana, esquina con Avenida de Concha Espina
Jueves 9 de marzo
de 9:30 a 14:30 horas



Evita la insuficiencia renal Cuida tus riñones

- ¿Tienes la tensión alta?
- ¿Tienes sobrepeso?
- ¿Eres fumador?
- ¿Tienes el colesterol elevado?
- ¿Padeces algún tipo de enfermedad renal?
- ¿Eres diabético o tiene antecedentes familiares?

Si has contestado **SÍ** a una o más de estas preguntas, consulta con tu médico o **PÁSATE POR NUESTRA MESA** para una sencilla prueba gratuita:

JUEVES 9 DE MARZO DE 9:30 A 14:30 HORAS

Con la colaboración de:



Evita la insuficiencia renal Cuida tus riñones

¿Sabías que...?

- Los riñones depuran los desechos y eliminan en forma de orina el exceso de agua de nuestra sangre.
- Aunque en nuestro organismo hay aproximadamente 5 litros de sangre, cada día nuestros riñones filtran y limpian el equivalente a 200 litros.
- Ayudan a equilibrar los niveles de sustancias químicas en nuestros cuerpos como el sodio, fósforo y potasio.
- También producen hormonas importantes que estimulan la médula ósea para generar glóbulos rojos, regulan la presión arterial y ayudan a mantener los huesos fuertes.

¿Qué es la insuficiencia renal crónica?

Es la pérdida gradual de la función de los riñones. Es una enfermedad "silenciosa" y que actúa a veces inadvertidamente. Sin embargo, afecta a mucha más gente de lo que se imagina:

- 1 de cada 10 adultos en el mundo tiene algún tipo de daño renal.
- La presión arterial alta y la diabetes (principalmente la diabetes tipo 2) son las causas más frecuentes de enfermedad renal.
- Las personas con insuficiencia renal grave deben recibir un trasplante de riñón o comenzar con un tratamiento de diálisis (normalmente a través de una máquina que limpia su sangre alrededor de tres veces a la semana).
- Las personas con insuficiencia renal tienen una probabilidad 10 veces mayor que los individuos sanos de morir de ataques al corazón o de accidentes cerebrovasculares.
- Los antecedentes familiares son otro factor de riesgo para el desarrollo de la enfermedad renal crónica.

Algunos datos y cifras

- Más de 500 millones de personas en todo el mundo (el 10% de la población adulta) tiene algún tipo de daño renal.
- Más de 1,5 millones de personas permanecen actualmente en programa de diálisis o han sido trasplantadas. Se prevé que esta cifra se duplique en los próximos 10 años.
- La diabetes aumenta hasta en 3 veces el riesgo de desarrollar insuficiencia renal.
- Se prevé que la diabetes se incrementará en un 70% en 2025, hasta un total de 300 millones de personas. Los países en desarrollo serán los más gravemente afectados.
- Casi mil millones de personas en todo el mundo tienen la presión arterial elevada (definida como mayor de 140/90 mmHg), y ese número se espera que aumente a 1.500 millones de personas en 2025.

¿Qué puede hacer?

Afortunadamente, se puede detectar fácilmente la enfermedad renal crónica desde su inicio. Análisis de orina y sangre, y la medición de la presión arterial pueden mostrar signos tempranos de problemas renales. Y en tal caso, es posible ralentizar o incluso detener la progresión del deterioro de nuestros riñones.

También se pueden prevenir las enfermedades cardiovasculares tomando los medicamentos adecuados para controlar la presión arterial, la mejora del control de la diabetes, y la modificación de algunos de nuestros hábitos de vida.

La detección precoz y el tratamiento salvan vidas. Debes tomarte la tensión al menos una vez al año y consultar cualquier duda con personal sanitario.