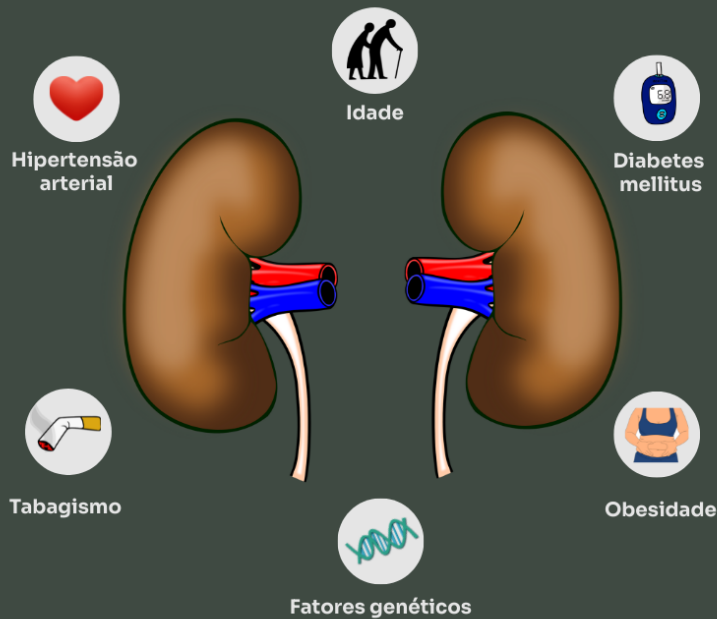


Saúde dos Rins para Todos



Pescador, você sabe como prevenir as doenças renais?


Quais são os principais fatores de risco para doença renal?



Como avaliar a função renal?

- ✓ Dosar o nível de creatinina no sangue
- ✓ Exame de urina

Como prevenir as doenças renais:

- ✓ Controle da pressão arterial
 - ✓ Controle da glicose no sangue
 - ✓ Controle de peso corporal
 - ✓ Praticar exercícios físicos regulares
 - ✓ Evitar o excesso de sal, carne vermelha e gorduras
 - ✓ Beber água
 - ✓ Não abusar de bebida alcoólica
 - ✓ Não fumar
 - ✓ Não fazer uso de medicamentos sem prescrição médica
- 

Sabe o que acontece quando não cuidamos dos nossos rins?

Os rins perdem a capacidade de filtrar o sangue, e em casos mais graves será necessário um tratamento para substituir a função dos rins, através da:

- ✓ Hemodiálise
- ✓ Transplante renal

Desenvolvido por:

Mestrado Profissional em Saúde e Meio Ambiente da UNIMES

