Desarrollan actividades en saludo al día mundial del riñón en Cumanayagua

Categoría: Noticias
Creado: Jueves, 21 Marzo 2024 08:47 - Última actualización: Jueves, 21 Marzo 2024 08:47
Escrito por Deily Rodriguez Becerra
Visto: 50

En el municipio de Cumanayagua en saludo al día mundial del riñón desarrollaron diversas actividades propicias para generar conciencia entre todos los habitantes del terruño para que puedan detectar cualquier padecimiento de este órgano.

Según la nefróloga Yordanka Mirabal González, estas actividades estuvieron preparadas bajo el lema salud renal para todos, avanzando hacia un acceso equitativo al cuidado y la práctica óptima de la medicación donde influyen un grupo de especialistas preparados para impartir charlas educativas.

Los riñones son órganos de regulación del equilibrio interno mediante la filtración de la sangre, eliminan las sustancias de desechos y recuperan aquellas que son necesarias, la causa más frecuente de la enfermedad renal crónica es la diabetes mellitus seguida de los problemas vasculares.

La especialista recomienda que para prevenir la enfermedad es importante llevar un estilo de vida saludable, hacer ejercicios, ingerir abundante líquidos, evitar el sobrepeso y la obesidad, controlar la dieta, reducir el consumo de sal, disminuir el consumo de azúcar, bebidas azucaradas y carbohidratos, no fumar y moderar el consumo de alcohol.

Los controles periódicos del estado de salud, especialmente analíticas de sangre y orina que recojan valores como la urea, la creatinina y la glucosa también son recomendables para conocer el funcionamiento de los riñones.

Tomado de Radio Cumanayagua

Phoca PDF