



Instan a cuidar salud renal y reforzar detección

El Día Mundial del Riñón se conmemoró el jueves recién pasado y el Servicio de Salud Chiloé aprovechó de reforzar el llamado a la comunidad insular a cuidar la salud renal y realizar controles preventivos, destacando que la detección temprana y el control de los factores de riesgo son claves para prevenir enfermedades crónicas.

Al respecto, el especialis-

ta en gestión del cuidado en personas con alteraciones renales, Felipe Cárdenas, destacó que esta fecha busca sensibilizar a la población sobre "la importancia de la prevención y el diagnóstico oportuno de esta enfermedad".

Por su parte, la enfermera referente del Programa de Salud Cardiovascular del Servicio de Salud Chiloé,

Adriana Guzmán, explicó que uno de los pilares del trabajo en la red asistencial es el control periódico de los factores de riesgo.

"Los principales focos de acción hoy en día están vinculados al control de salud cardiovascular; donde se realizan exámenes anuales a los usuarios, tanto de orina como de sangre, que permiten conocer el estado de sa-

lud en relación con la función renal. Además, trabajamos fuertemente en promoción de la salud y prevención", aclaró.

En este contexto, la profesional destacó las "ocho reglas de oro" para cuidar los riñones, que incluyen mantenerse físicamente activo, llevar una alimentación saludable, controlar los niveles de azúcar en la sangre,



MARCELO SEGURA/AGENCIA UNO

DESTACAN LA IMPORTANCIA DE LOS EXÁMENES PREVENTIVOS.

monitorear la presión arterial, mantener una adecuada ingesta de líquidos, no fumar, evitar el uso indiscrimi-

nado de antiinflamatorios sin indicación médica y realizar controles de salud periódicos. 🍷