



**Día  
Mundial  
del Riñón**

# AUMENTAR EL CONOCIMIENTO **PARA MEJORAR** EL CUIDADO RENAL

[www.worldkidneyday.org](http://www.worldkidneyday.org) - [www.alcer.org](http://www.alcer.org)

**Una mayor  
información sobre  
la enfermedad renal  
puede ayudarte a  
mejorar la salud de  
tus riñones.**

Porque importas, porque  
quieres tener calidad de vida,  
porque quieres disfrutar  
de tu tiempo...  
**aún puedes cuidarte.**



World Kidney Day  
is a joint initiative of



# FACTORES DE RIESGO EN LA ENFERMEDAD RENAL CRÓNICA

EDAD > 60 AÑOS	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
¿ES USTED FUMADOR/A? ¿Fuma usted actualmente o durante el último año?	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
¿TIENE ALGUN FAMILIAR CERCANO CON ENFERMEDAD RENAL? ¿Madre o padre o hermana/o está en diálisis o con un trasplante renal?	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
¿ES USTED DIABÉTICA/O? ¿Tiene usted el azúcar en sangre elevado?	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
¿TIENE USTED HIPERTRIGLICERIDEMIA O HIPERCOLESTEROLEMIA? ¿Tiene usted los triglicéridos o el colesterol en sangre elevado?	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
¿ES USTED HIPERTENSA/O? ¿Tiene usted una tensión arterial mayor de 140/80?	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
¿TIENE USTED SOBREPESO SEGÚN EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL? El IMC es el resultado de la fórmula: $\text{Peso (Kg)}/\text{Talla}^2 \text{ (m)}$ Si es de 25 o más indicaría algún tipo de sobrepeso	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
¿TOMA USTED AINES CON FRECUENCIA? Los AINES son antiinflamatorios no esteroideos. Se usan con cierta frecuencia para tratamientos de dolor agudo o crónico	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO

**AUTODIAGNÓSTICO: SI USTED HA CONTESTADO AFIRMATIVAMENTE A ALGUNA DE ESTAS CUESTIONES, SERÍA RECOMENDABLE CONSULTAR CON SU PERSONAL SANITARIO POR SI CONSIDERA VALORAR EL ESTADO DE SU FUNCIÓN RENAL**

**A mayor número de respuestas afirmativas mayor es el riesgo**

## ESTÁS A TIEMPO, INFORMATE

**ORGANIZA**

**COLABORADORES**

