



**SALUD  
RENAL  
PARA  
TODOS**

¡PREPARARSE PARA  
LO INESPERADO,  
APOYANDO A LOS  
VULNERABLES!



#WorldKidneyDay #KidneyHealthforAll  
#DiaMundialdelRiñon #ShowYourKidneys



Siguiendo la iniciativa puesta en marcha en 2006 por la «International Federation of Kidney Foundations» y la «International Society of Nephrology», se celebra el segundo jueves del mes de marzo el DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN en más de 150 países.

Se pretende crear conciencia sobre la importancia de preservar la salud renal, buscando su promoción y prevención a través de **estilos de vida saludables**. Informar y formar a los profesionales pero también, a la población de la importancia de estas medidas.

En España la ERC afecta al 15% de la población adulta en algún grado, afectando al 37, 3% de los mayores de 64 años. Siendo España un país envejecido con un 21% de población mayor de 65 años y sabiendo que la ERC aumenta progresivamente con el envejecimiento, la ERC se perfila como un importante problema de salud pública.

**En el 2023 el lema es: «Prepararse para lo inesperado, apoyando a los vulnerable"»,** se pretende sensibilizar sobre las conductas preventivas, sobre los factores de riesgo y sobre como vivir con enfermedad renal. Se pretende concienciar para buscar y mantener Salud Renal para todos.

La atención primaria y la medicina de familia por su **accesibilidad** (primer contacto con el paciente, primera valoración); **longitudinalidad**, (relación medico-paciente estable de confianza y compromiso, siendo eficaz en la asistencia, aportando mejores resultados en salud, aumentando la seguridad del paciente y su mayor participación); **integralidad**, capacidad resolutive (optimiza los recursos, evita intervenciones innecesarias, permite atención domiciliaria, el control y seguimiento de enfermedades crónicas, la promoción y la prevención de la salud, los cuidados paliativos y la atención al final de la vida) y **coordinación** entre niveles asistenciales, permite la valoración e identificación de los problemas y su seguimiento, la evitación de acciones innecesarias o no adecuadas para el paciente.

Por lo tanto, los **Médicos de Familia** pueden jugar un papel clave en la detección y la reducción de la ERC y sus factores de riesgo (hipertensión arterial, diabetes mellitus), así como en su prevención; a través de la promoción de hábitos y estilos de vida saludable (disminución del consumo de sal, ingesta adecuada de frutas y verduras variadas, reducción de las proteínas animales, no fumar y realizar actividad física) e implicación del paciente en el conocimiento y manejo de su enfermedad.

Cristina García Iglesias Coordinadora del GdT Nefrourología SocalemFYC  
M<sup>a</sup> Isabel Gutiérrez Pérez, miembro del Grupo de Nefrourología de SocalemFYC y del GdT Nacional SemFYC.