

Día
Mundial
Del Riñón
CHILE

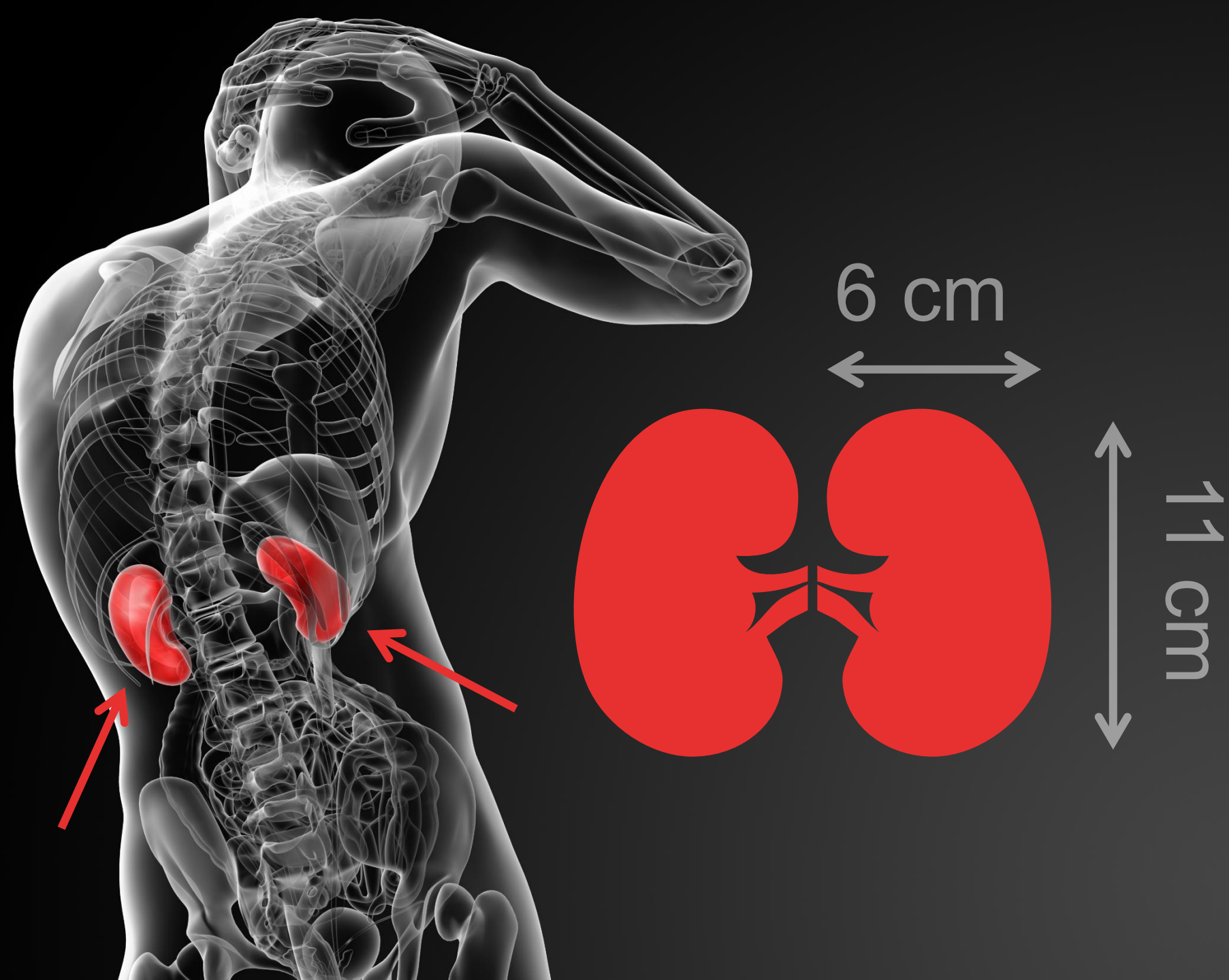


World Kidney Day is a joint   International Federation of Kidney Foundations initiative

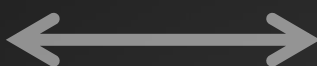


RIÑONES

Qué son?

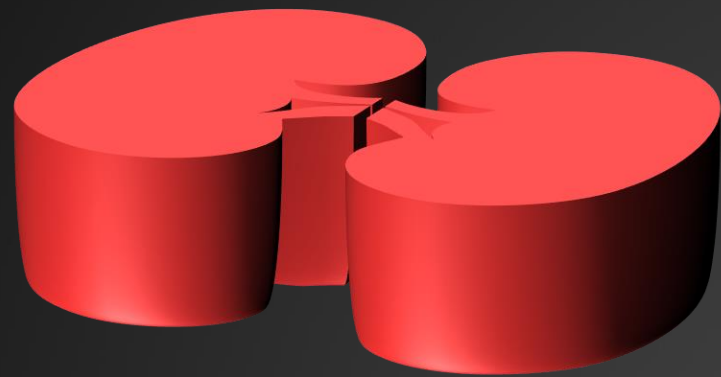
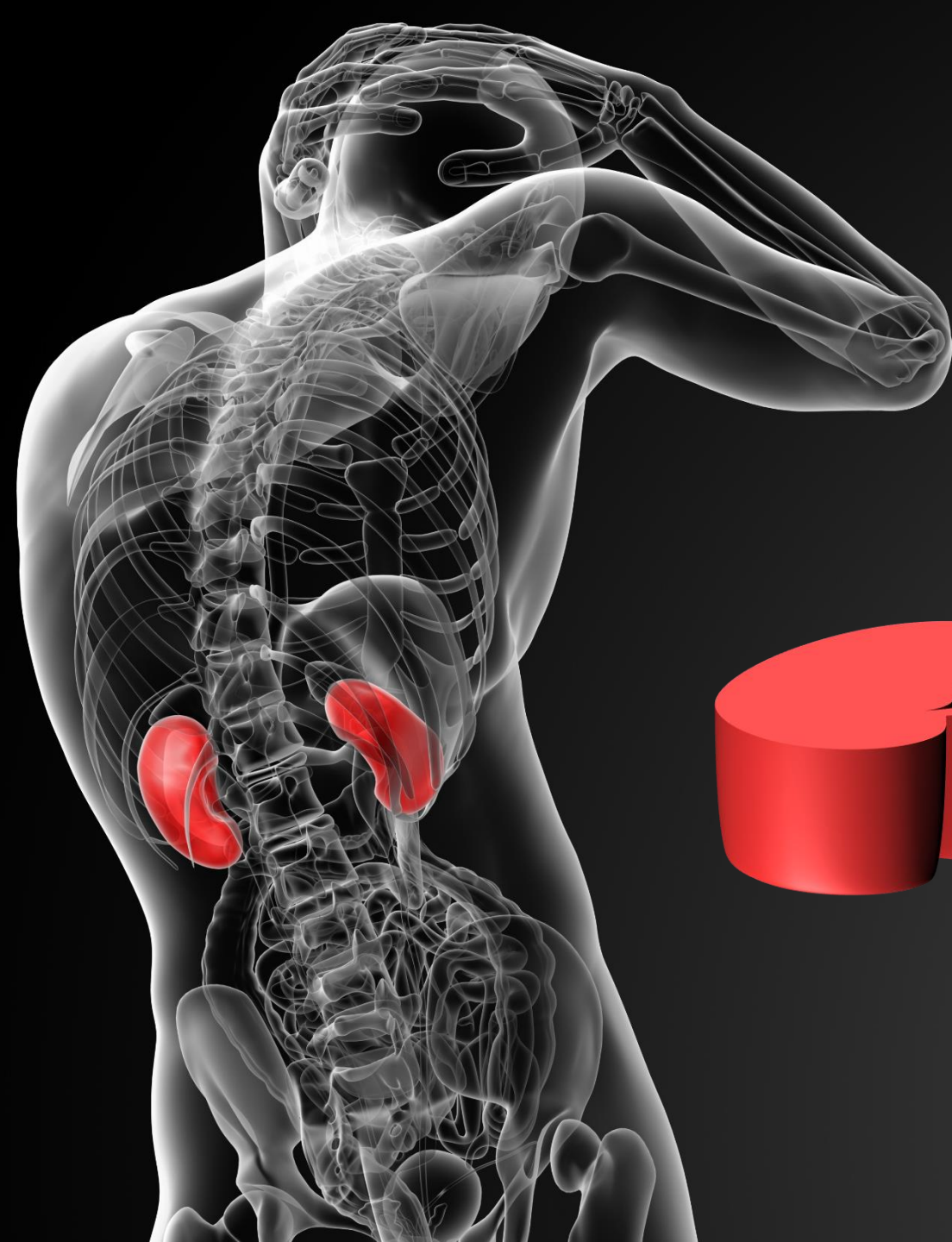


6 cm

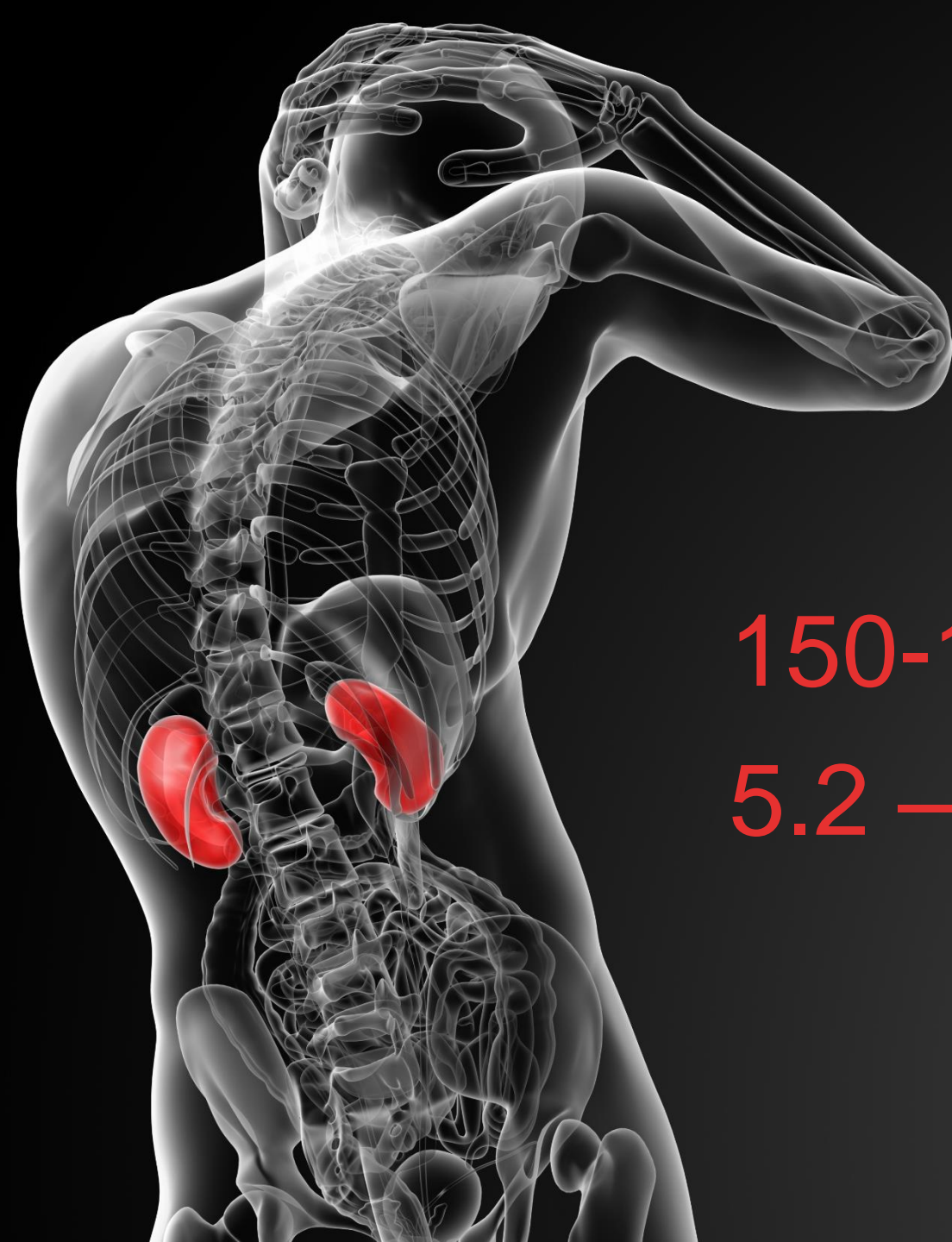


11 cm





4 cm



150-170 grams

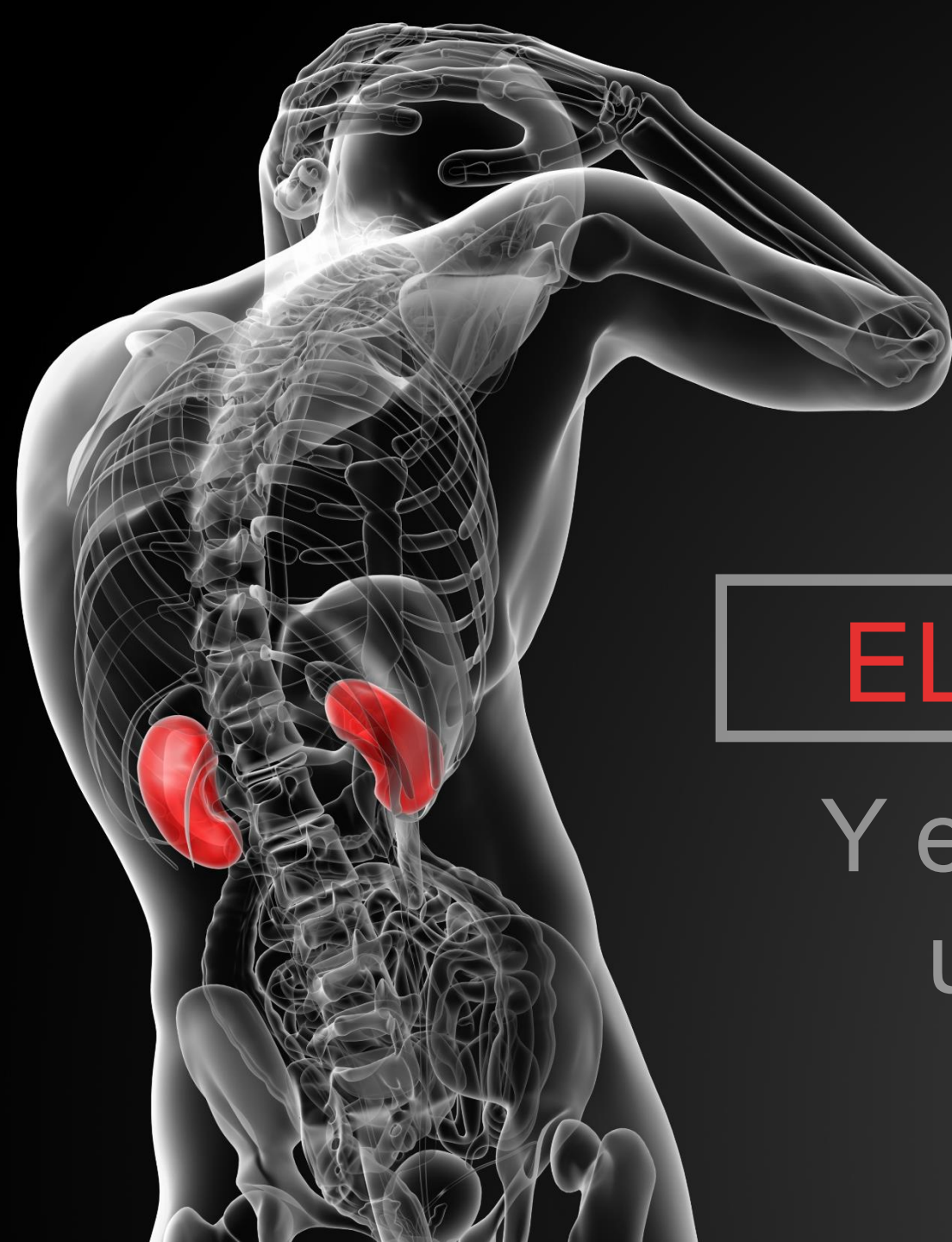
5.2 – 5.9 oz



Hace orina

+

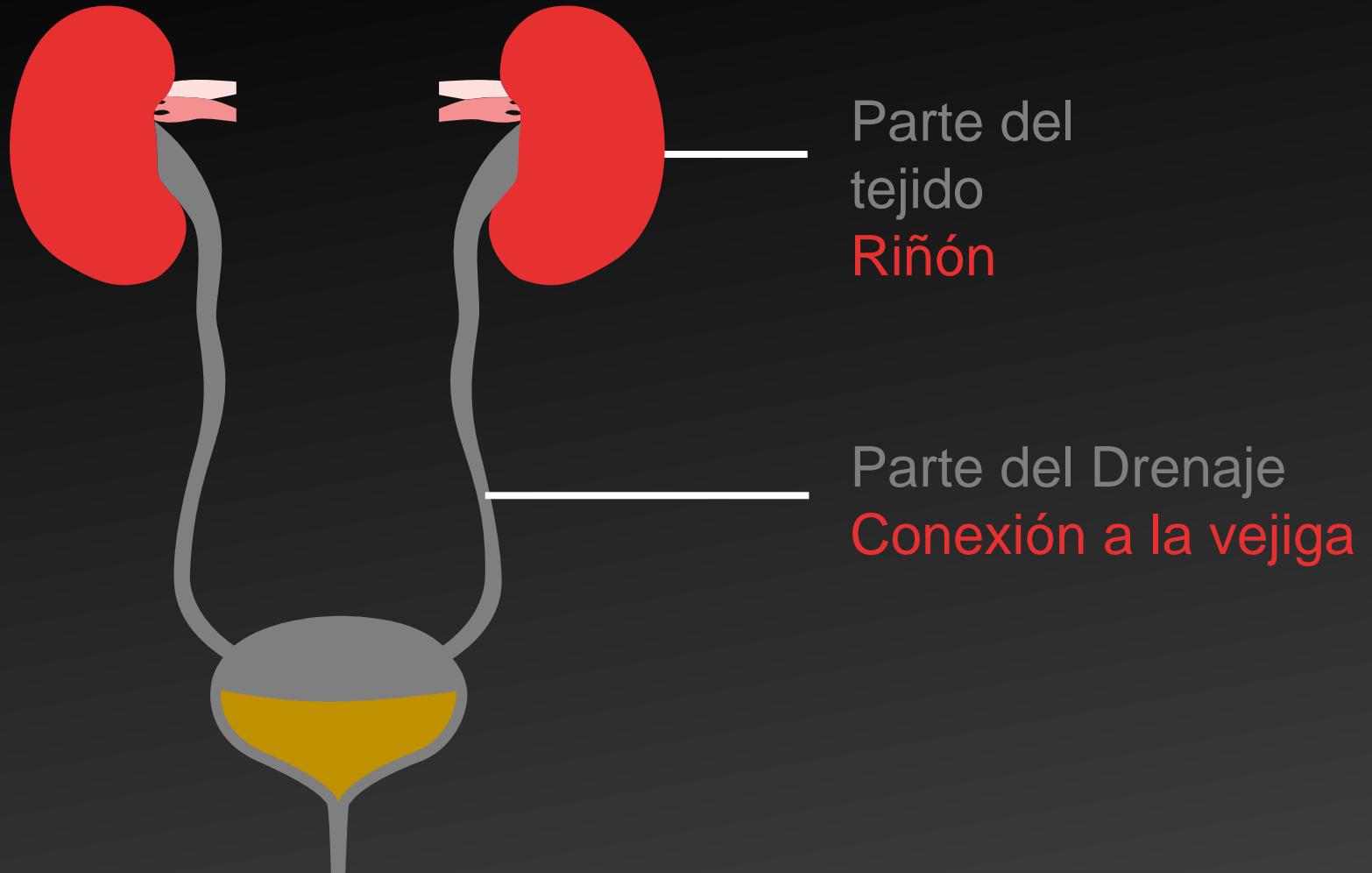
Purifica la
sangre



EL RIÑÓN

Y el sistema
urinario

El tracto o sistema urinario

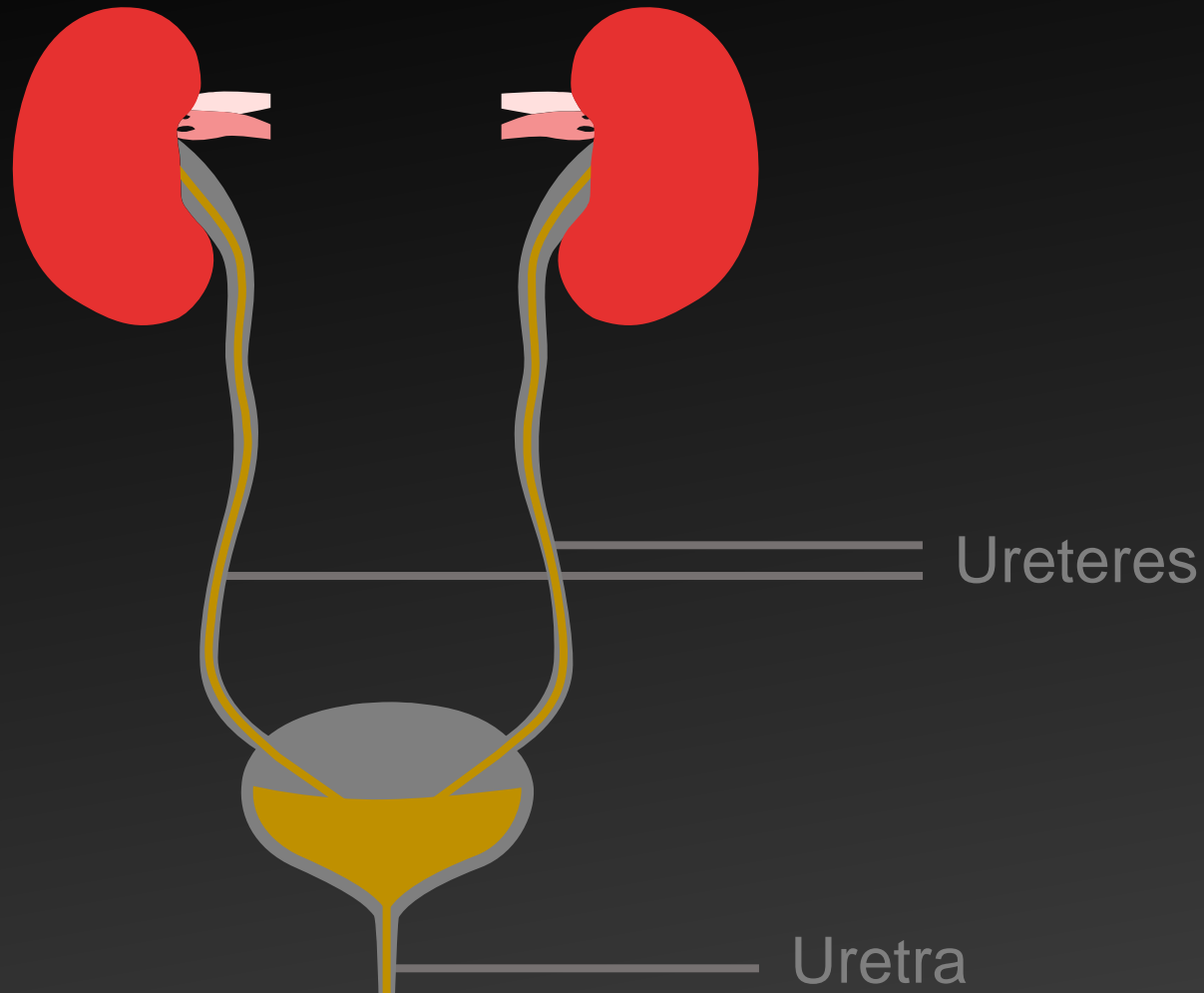


Dos vasos
sanguíneos



Miles
de filtros

El tracto o sistema urinario

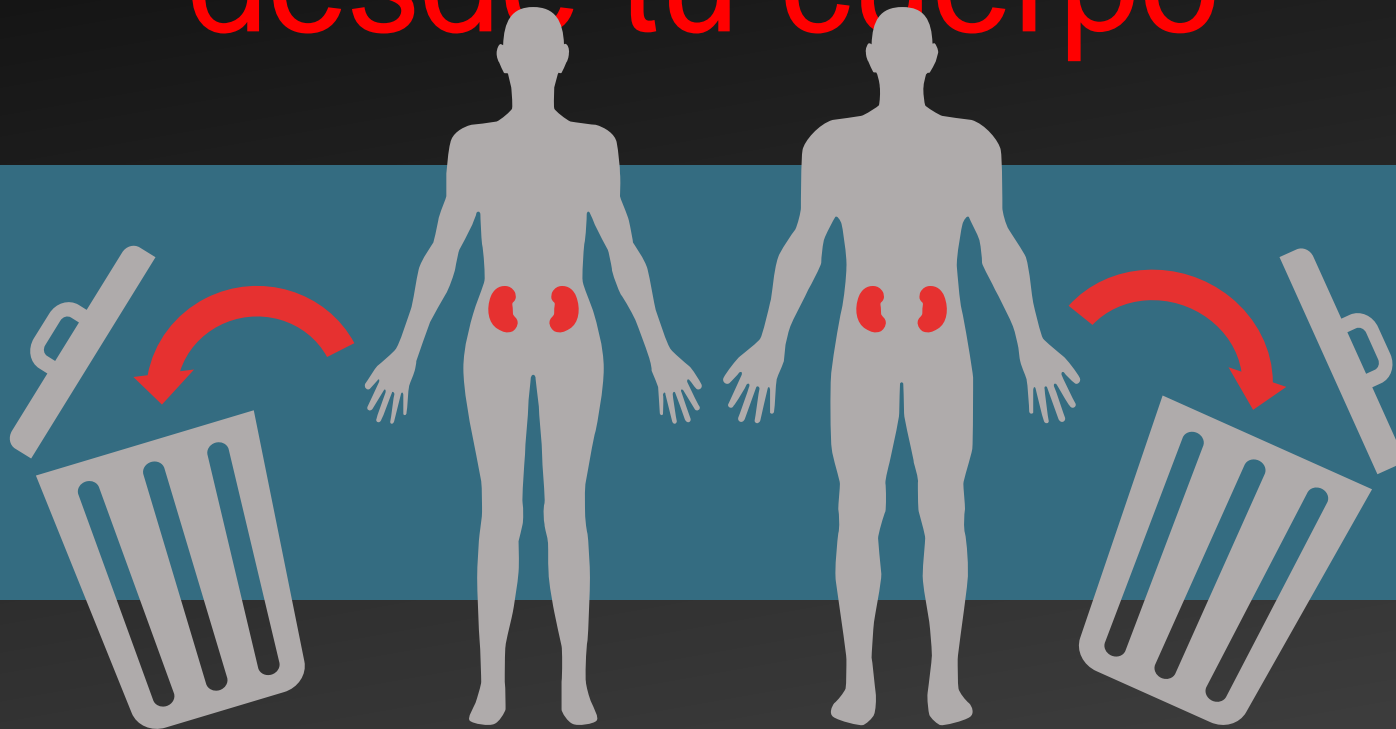




RIÑONES

Qué hacen los
riñones?

Los riñones
eliminan productos de
desecho
desde tu cuerpo

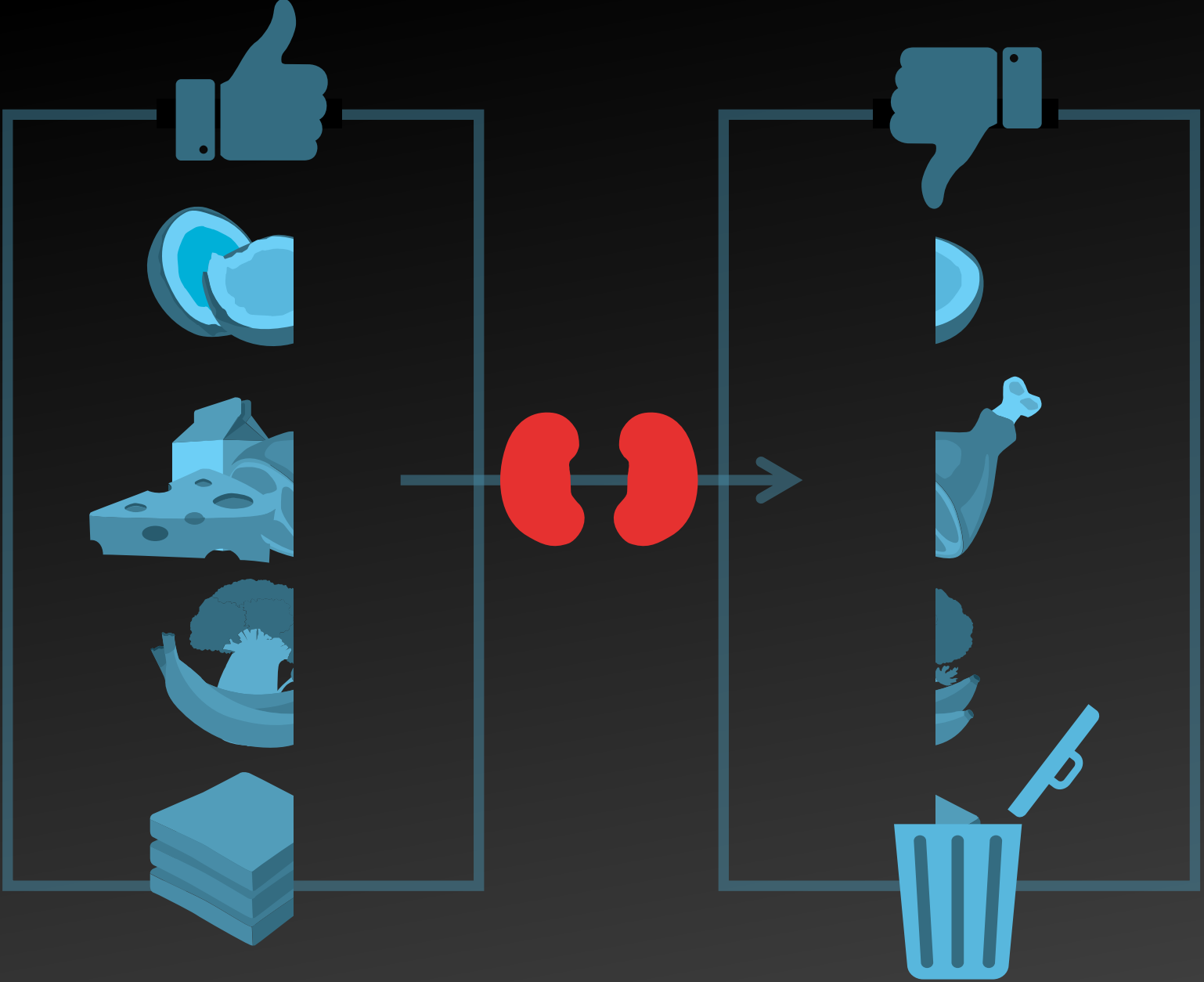




ALIMENTOS

=

- Proteínas
- Grasas
- Almidones
- ...

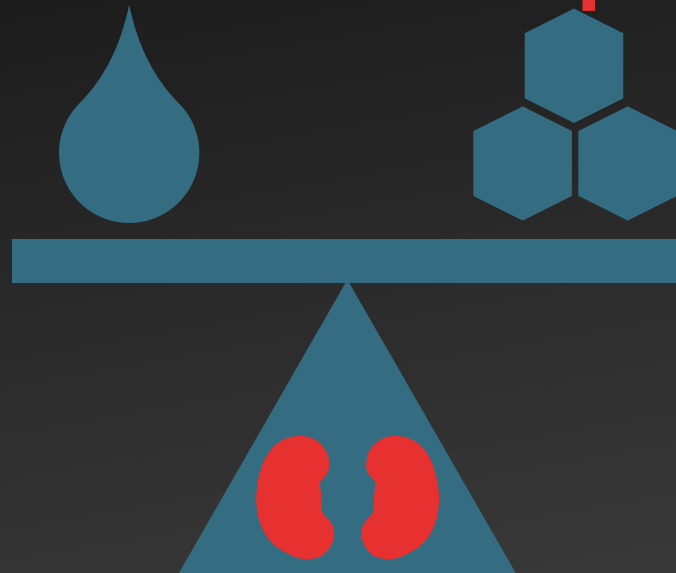




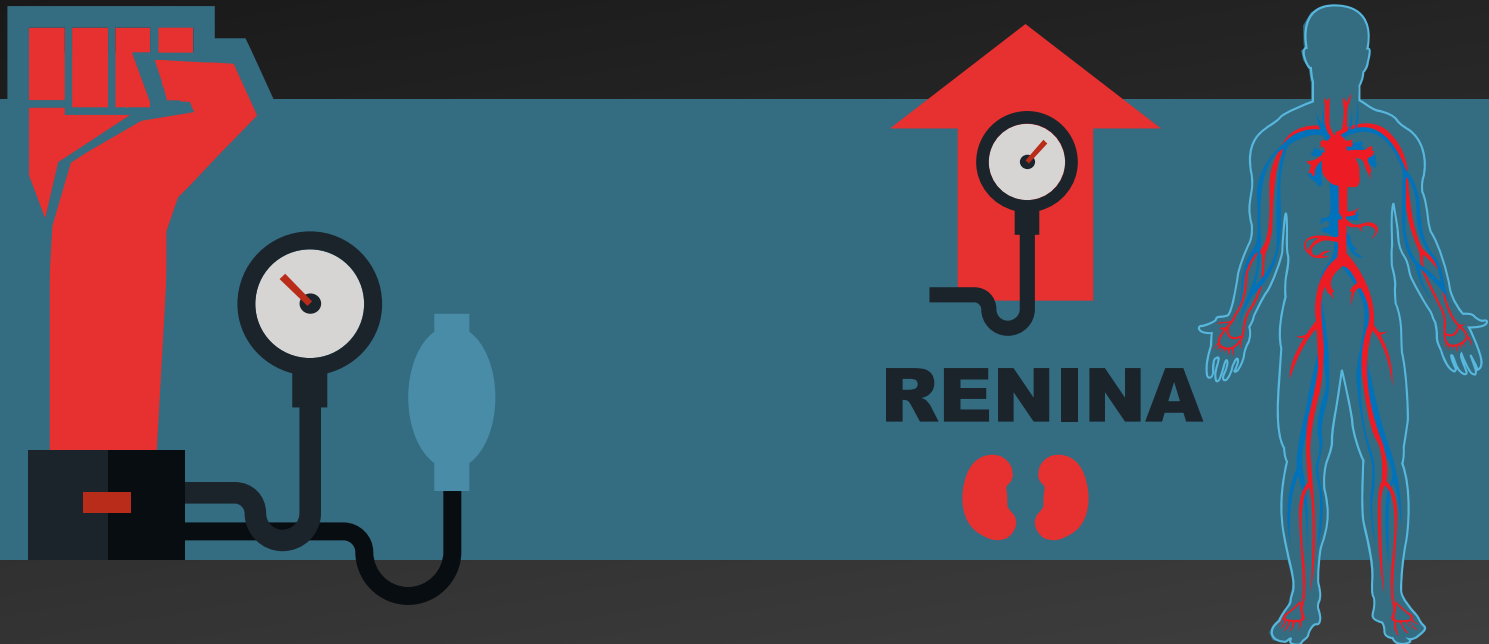
Mantenga la cantidad correcta
de agua
en el cuerpo

Los riñones
remueven
el exceso de
líquido
de su cuerpo

Los riñones equilibran los minerales y químicos en tu cuerpo



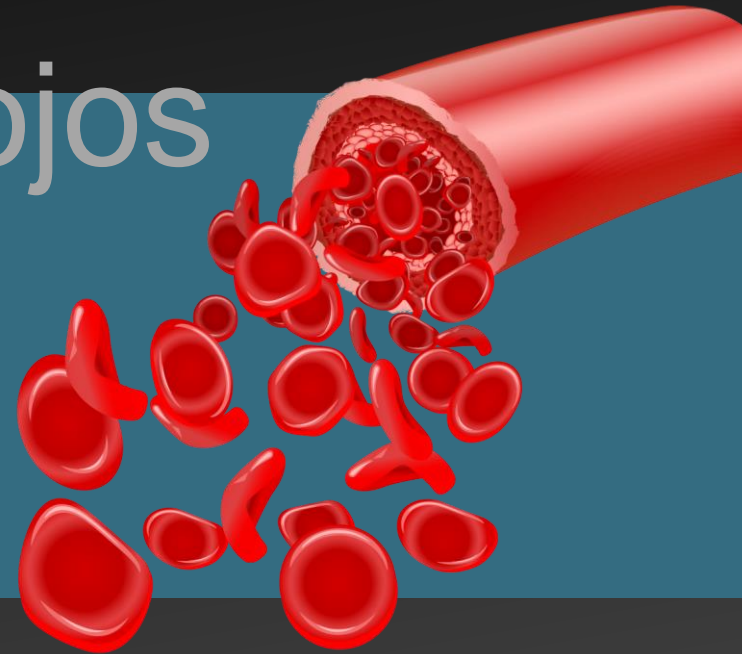
Los riñones controlan su presión arterial



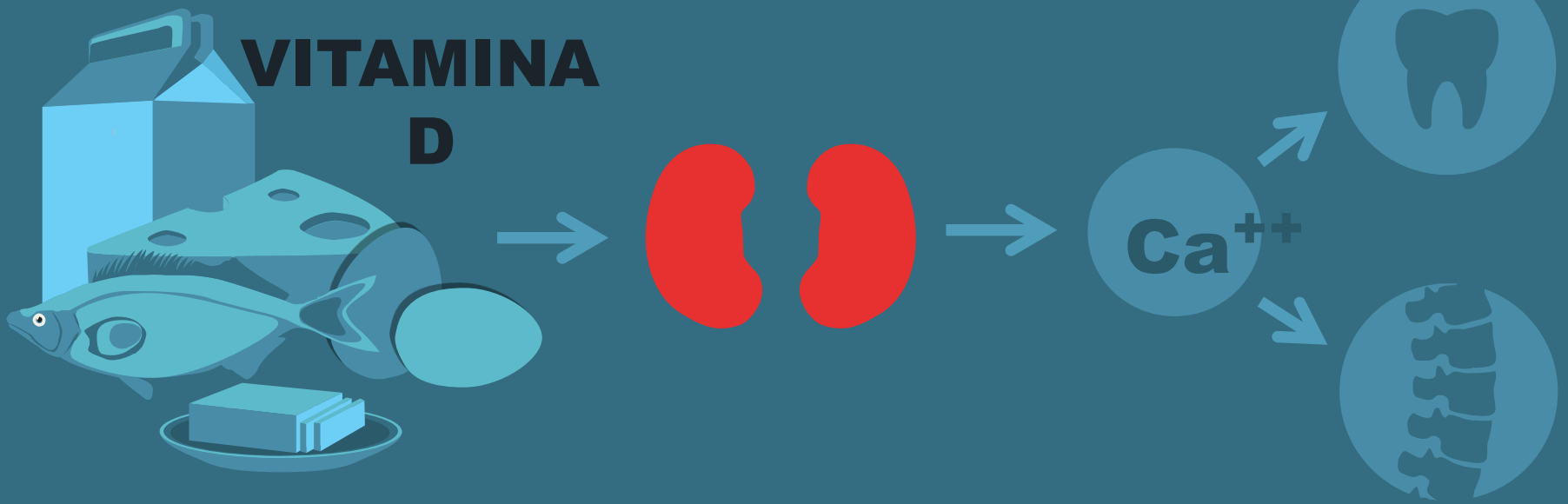
Los riñones ayudan al cuerpo a producir glóbulos rojos



ERITROPOYETINA



Los riñones ayudan a mantener huesos sanos





RIÑONES

Sabías?

Forma del Riñón





Tamaño del Riñón



Cada minuto

1200

ml de sangre entra
ambos riñones

20%

del total de la sangre bombeada por el corazón

En un día

1700

litros de sangre
es purificada

3592.7

vasos

Los Adultos

tienen

7-8

litros de sangre

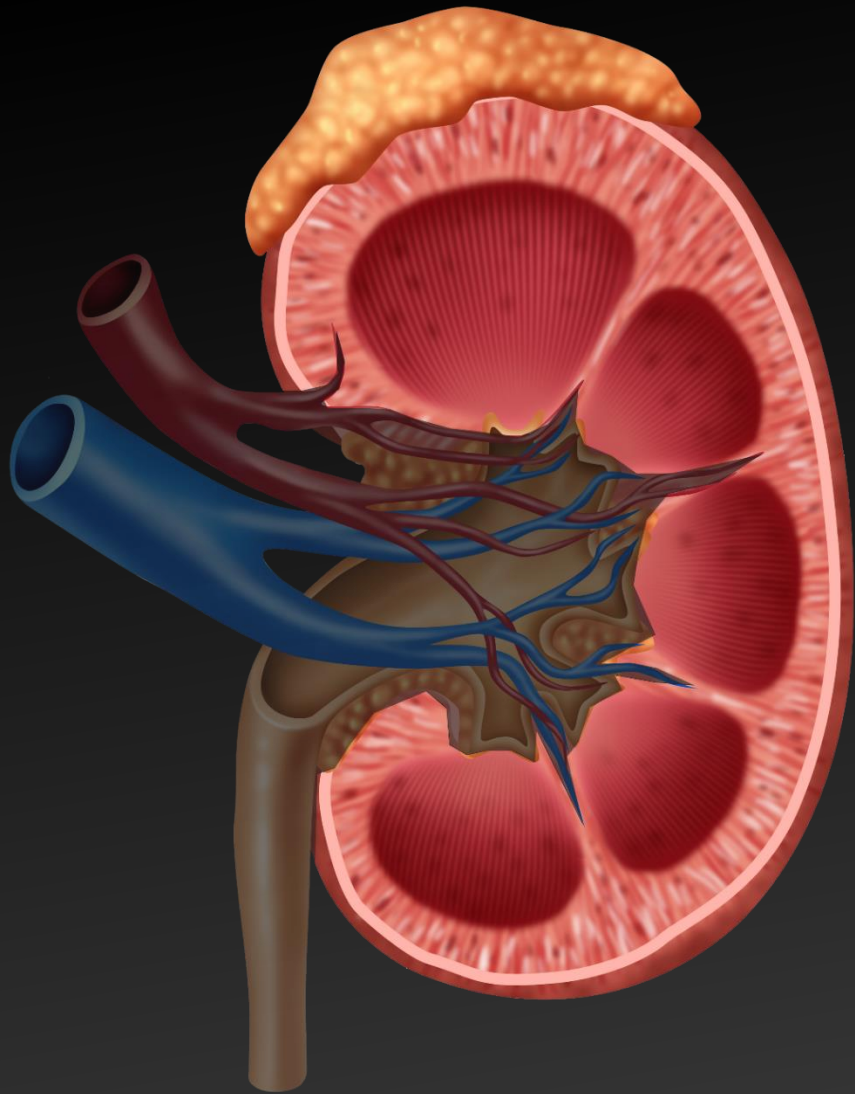
Filtran

400

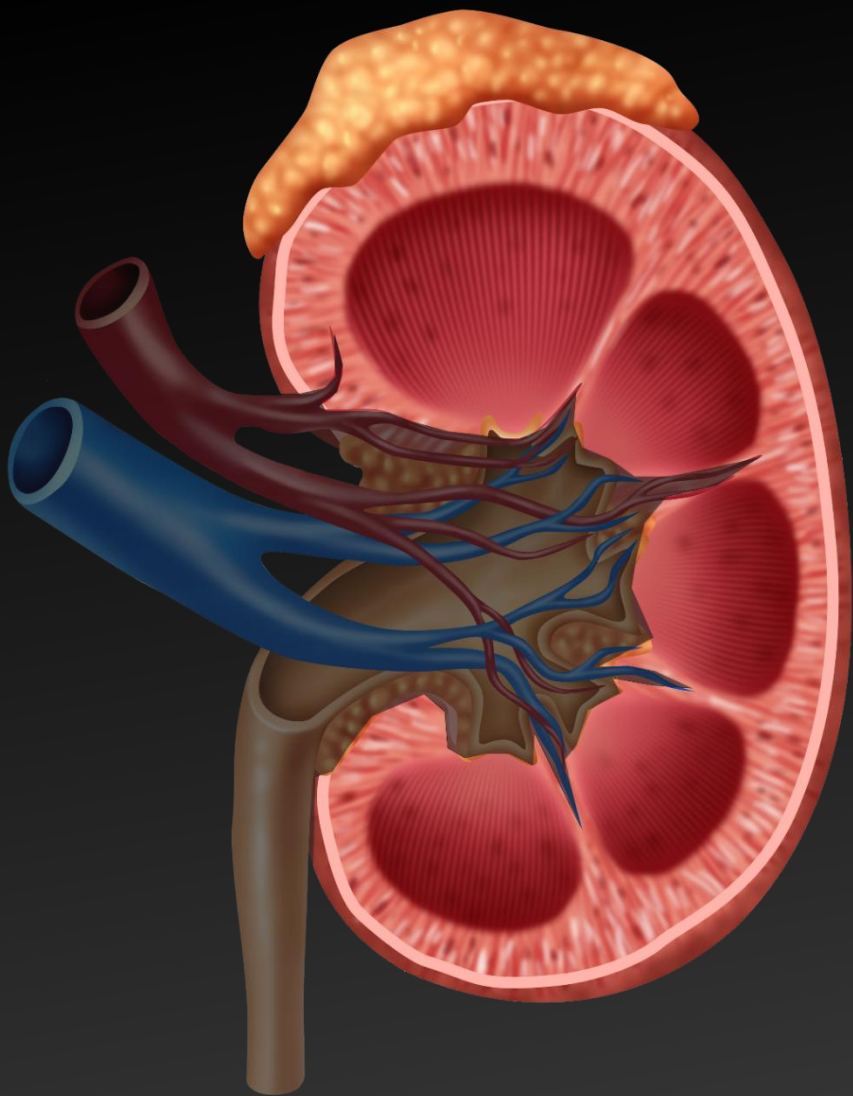
veces por día!

14 - 16

vasos



Los nefrones
de ambos
riñones se
ubican
horizontalmente
de lado a lado



16

kilómetros

9.95

millas

Tu cuerpo puede trabajar
normalmente
con un solo riñón





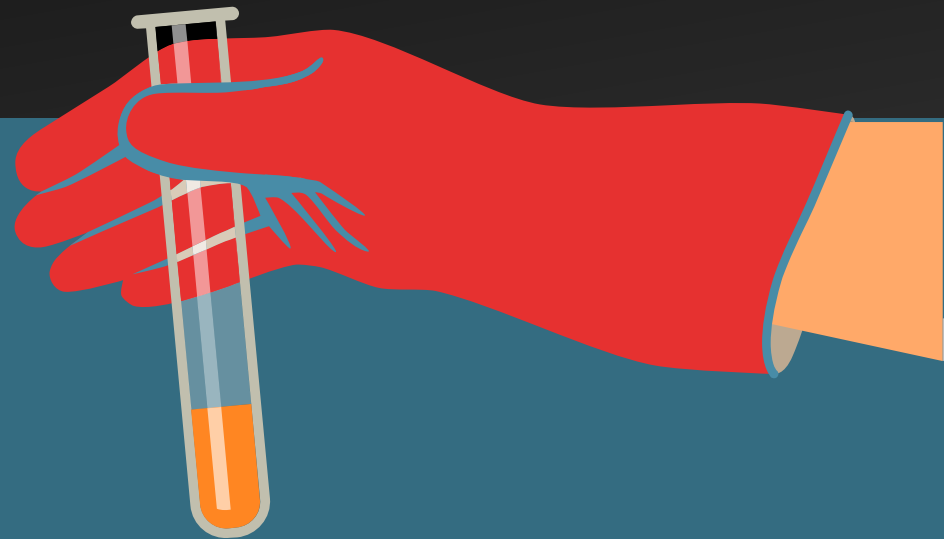
RIÑONES

Cuando los riñones
no trabajan bien

Enfermedad renal temprana
no tiene signos o síntomas



Pruebas de sangre y orina
son la única manera de
saber



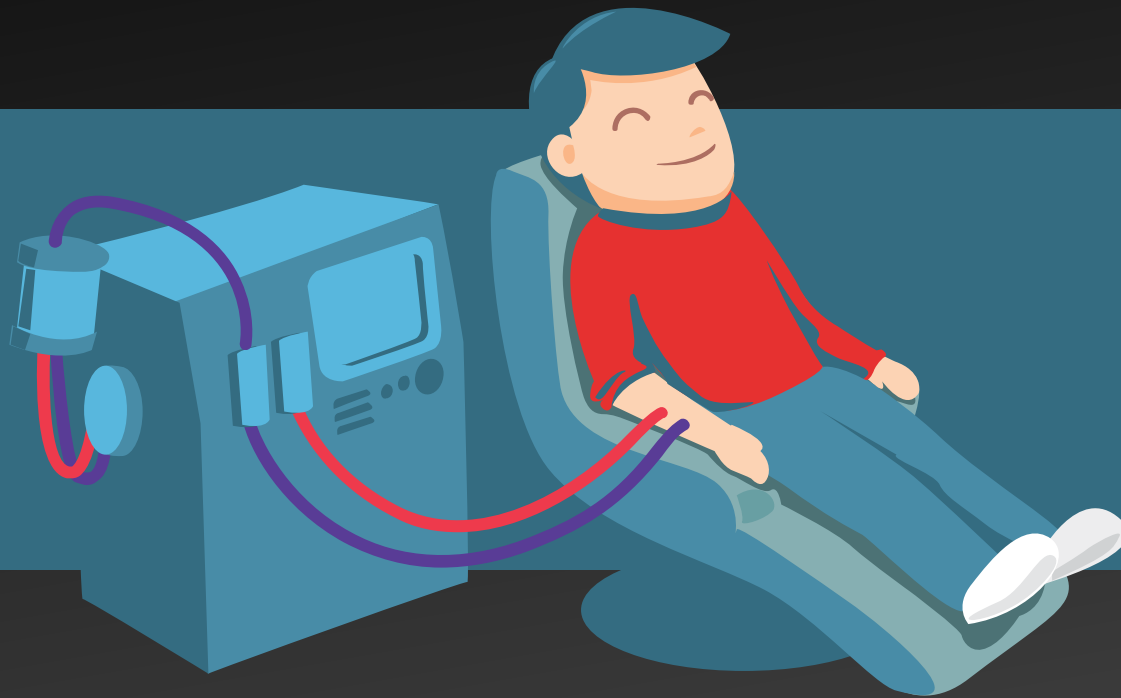
Función renal
menos del 10%
de lo normal

Los riñones
ya no funcionan
del todo

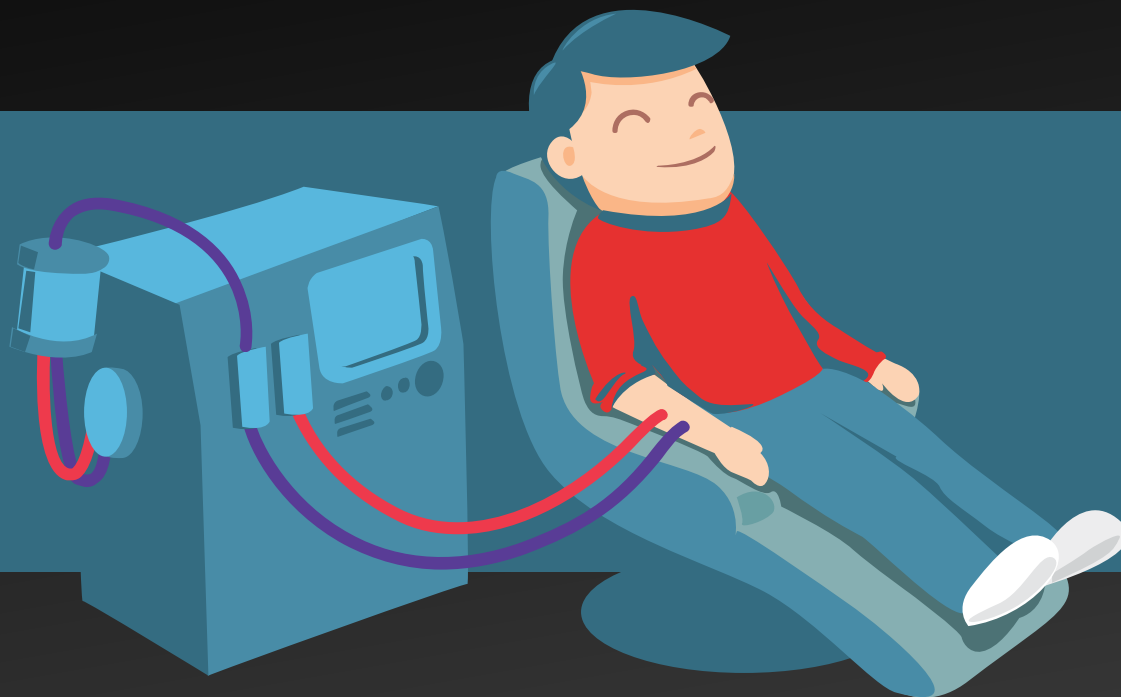
**Enfermedad
renal en
Etapa
Terminal**

**Diálisis
Trasplante**

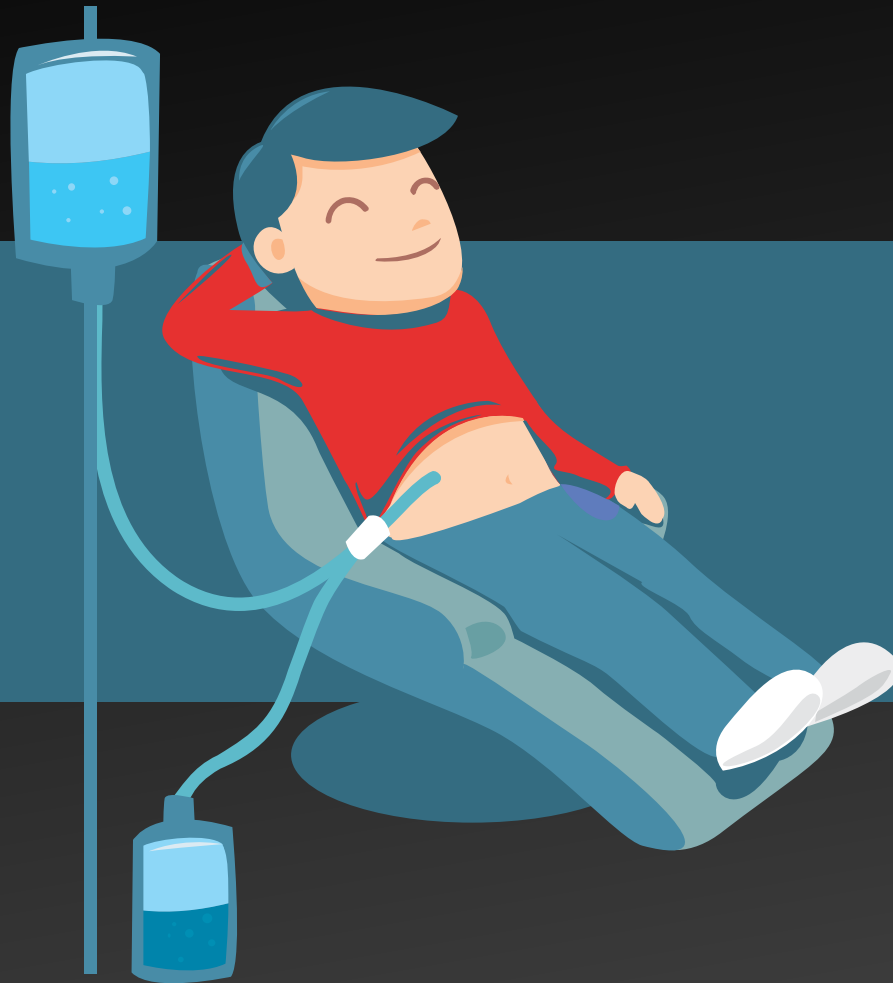
Diálisis remueve
productos de desecho y
agua no deseada



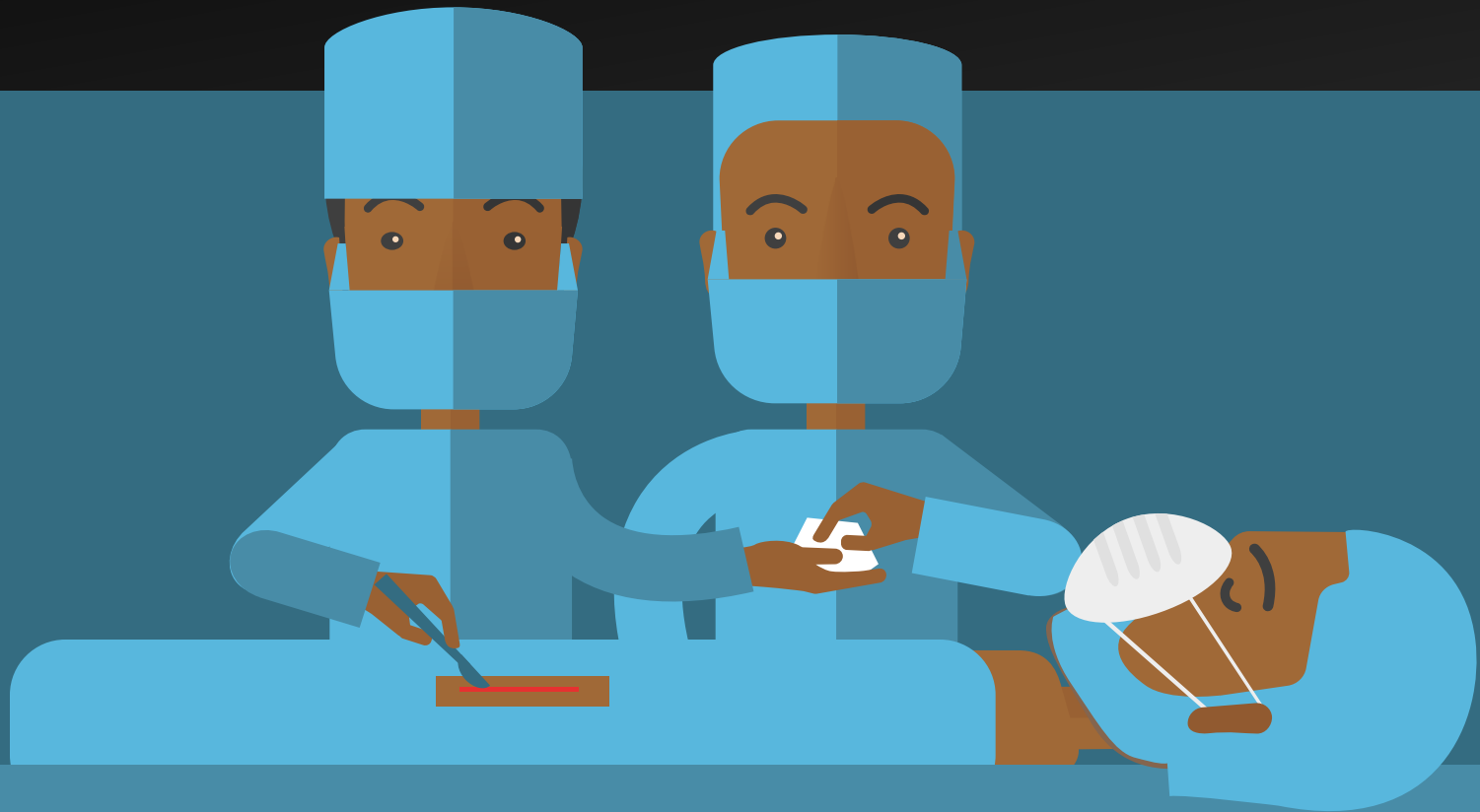
Hemodiálisis

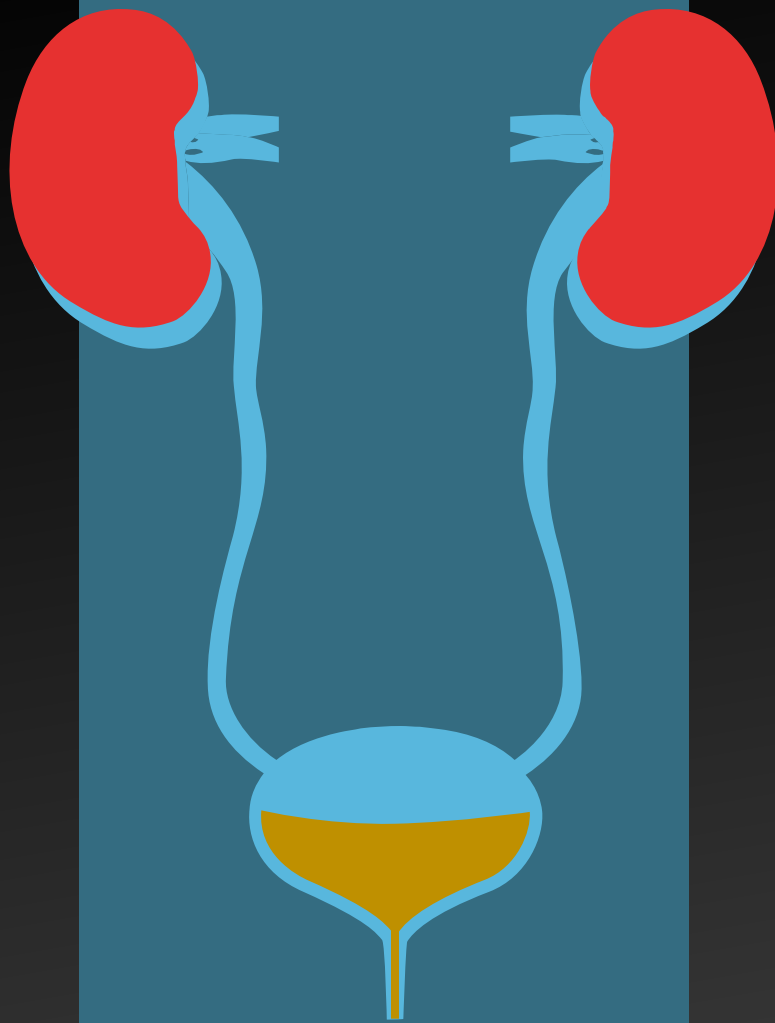


Diálisis Peritoneal



Trasplante Renal





Los antiguos
riñones
dañados
usualmente no
son removidos



RIÑONES

Mantén tus riñones
sanos

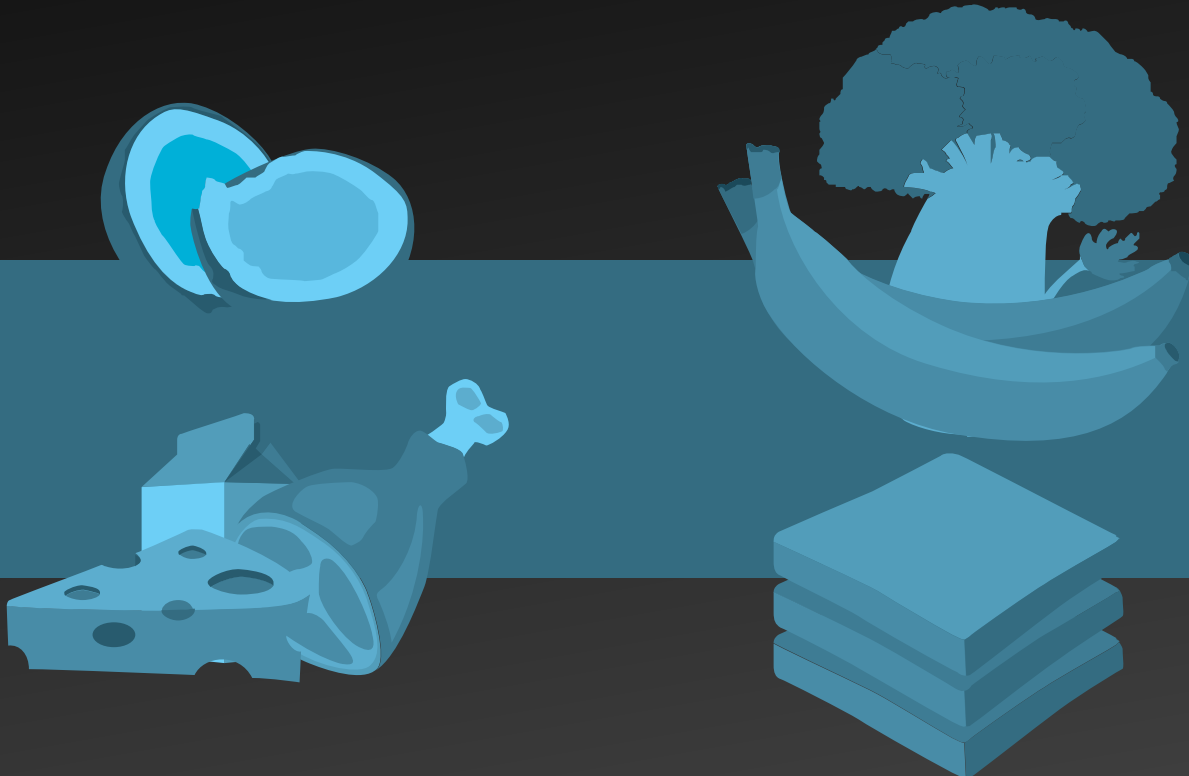
8 Reglas de Oro

Mantente en forma y activo



Come alimentos sanos

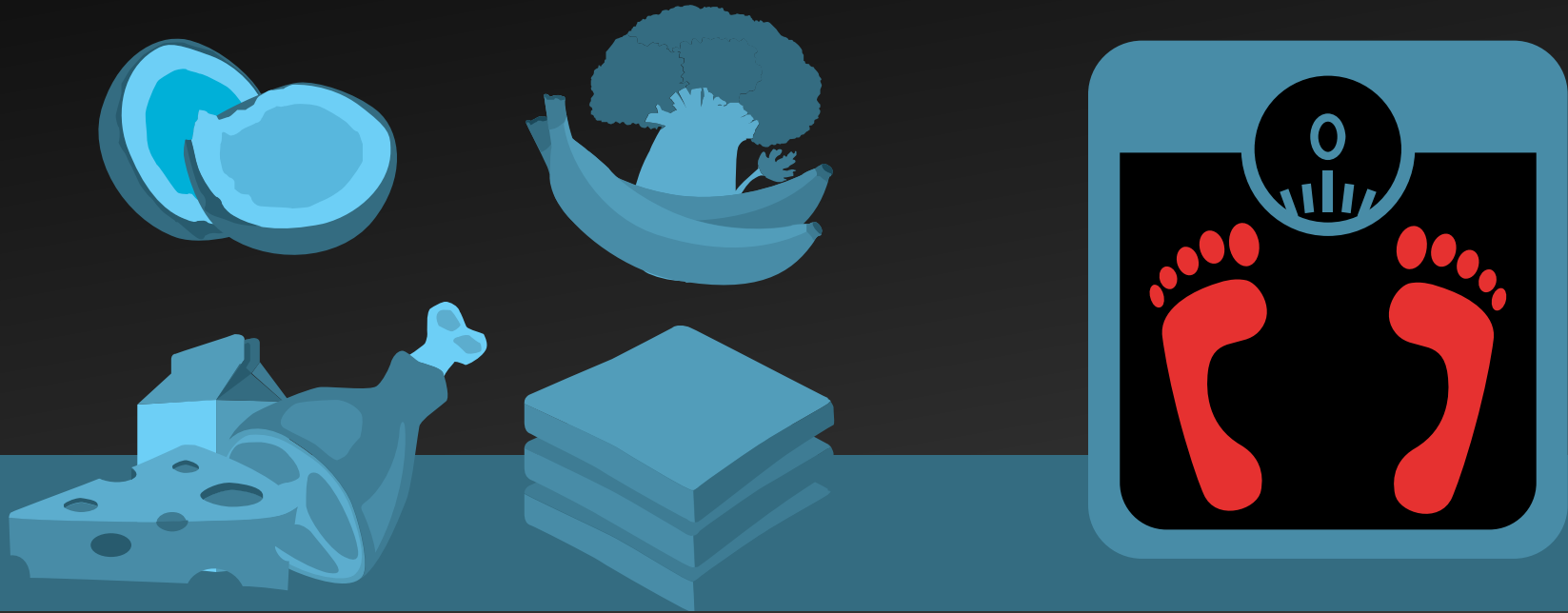
para asegurar una buena nutrición
y un buen control de tu nivel de
azúcar en la sangre



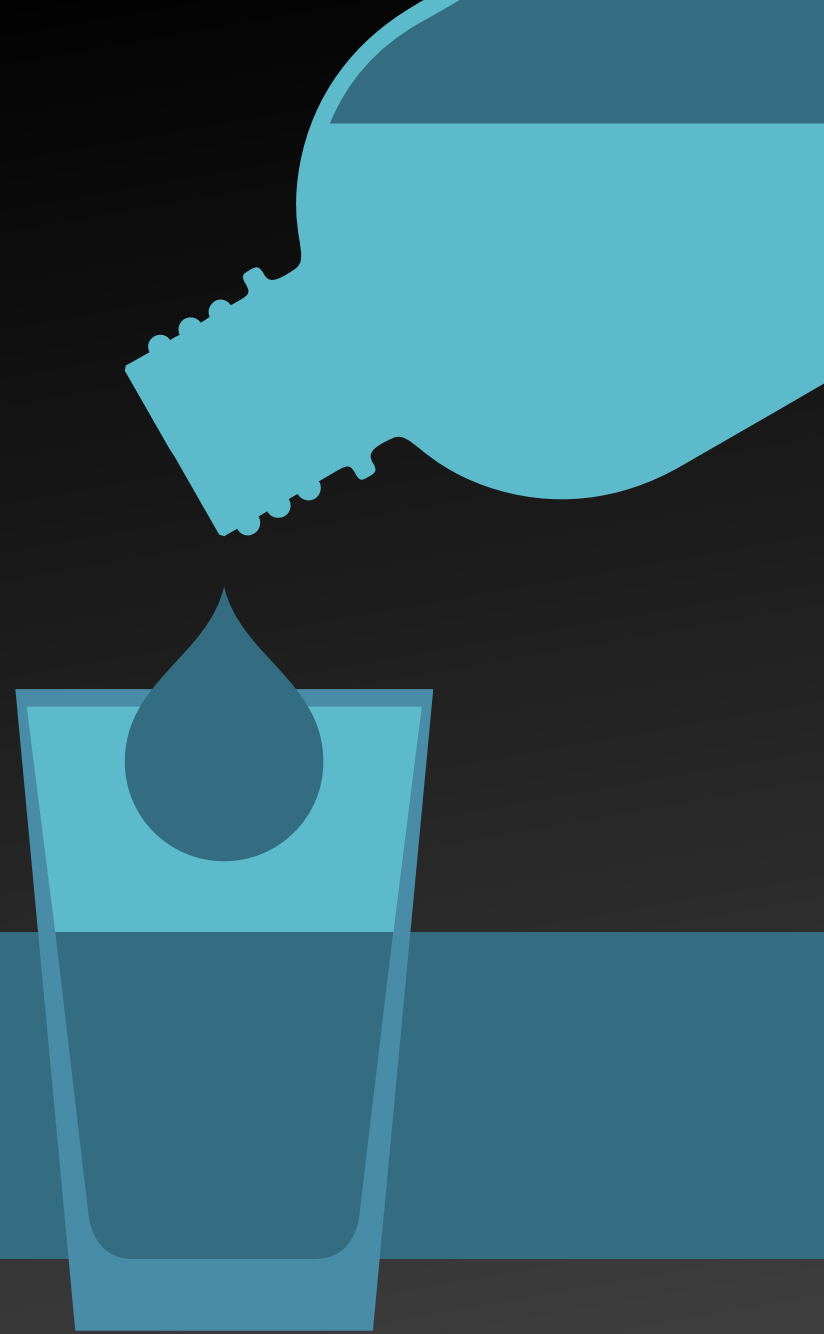
Monitorea tu presión arterial



Come sano y
manten tu peso bajo
control



Mantiene
una sana
ingesta de
líquidos





NO
fumes

NO tomes
dosis de
medicamentos
que no estén en
una receta





RIÑONES

Pide a tu médico
que chequee tus
riñones si ...

Tienes
diabetes

Tienes
hipertensión

Tienes
sobrepeso

Uno de tus
padres u otro
miembro de la
familia
sufre de
enfermedad
renal

Provienes de
algún
grupo étnico con
alto riesgo



Mueve
tus pies
para

