

# Viver BEM



## A Notícia



# De bem com SEUS RINS

### SAÚDE EM DIA

Harold e a mulher Arília, que o acompanha em todos os exames na Pró-Rim

## Campanha mundial busca **CONSCIENTIZAR** a população sobre doenças renais, especialmente entre idosos

ROBERTA BENZATI  
roberta.benzati@an.com.br

**O**s rins são responsáveis por funções vitais do nosso organismo. São eles quem “limpam” impurezas do sangue, além de realizarem outras importantes funções. Acontece que, assim como o restante do nosso corpo, eles também envelhecem e, caso não funcionem corretamente, podem afetar o desempenho de todos os outros órgãos. É este o alerta que a campanha do Dia Mundial do Rim de 2014, comemorado no próximo dia 13 de março, quer fazer à população, principalmente aos idosos.

Com o tema “1 em 10. O Rim Envelhece, Assim como Nós”, instituições médicas buscam conscientizar sobre a prevenção de doenças renais, sobretudo a doença renal crônica (DRC), que se caracteriza pela perda progressiva e irreversível das funções dos rins. Estima-se que cerca de 10% da população adulta tenha algum grau de perda da função renal e, segundo a Sociedade Brasileira de Nefrologia (SBN), esse percentual pode aumentar para 30 até 50% em pessoas acima de 65 anos, por isso a importância de debater o assunto e avaliar a saúde renal, especialmente a partir dos 50 anos.

– Isso não quer dizer que todas as pessoas terão que fazer hemodiálise, mas o rim sofre, sim, de alguma maneira, com esse envelhecimento. Então, assim como as pessoas se preocupam em fazer o *check up* do coração, precisam cuidar da saúde renal – ressalta o nefrologista Hercílio Alexandre da Luz Filho, presidente da Fundação Pró-Rim em Joinville.

Ele recomenda que, em média, a cada cinco anos, se faça um exame de sangue para avaliar a saúde renal e, se houver algum indício de doença, in-

vestigar mais a fundo. O nefrologista destaca ainda que o exame é simples e dará pistas se o rim está funcionando normalmente ou não.

– O grande problema da insuficiência renal crônica é que ela apresenta poucos sintomas e, quando eles aparecem, o paciente já perdeu cerca de 70% da capacidade dos rins – completa.

Há pouco mais de 12 anos Harold Morsch, 53 anos, precisou realizar um transplante porque descobriu muito tarde o problema renal em decorrência da hipertensão. Quando os sintomas apareceram, o marceneiro de Jaraguá do Sul já havia perdido completamente a capacidade de um dos rins.

– Eu sentia fraqueza, ânsia de vômito, nem suspeitava que pudesse ser alguma coisa nos rins – comenta.

A hipertensão arterial e o diabetes, segundo o presidente da Pró-Rim, correspondem a dois terços das doenças que causam a DRC. No Brasil, particularmente, a principal causa ainda é a pressão alta. Por isso, a melhor maneira de prevenção é ficar atento a essas doenças, exceto casos de pacientes em que as doenças são hereditárias.

– Vale lembrar que é possível tratar muito bem o diabetes e que a hipertensão arterial, uma vez diagnosticada, não tem cura, mas tem controle, que é tomando o seu remédio para o resto da vida. Lógico que ingerir líquido é importante, ingerir menos sal também, mas a gente sabe que a melhor forma de prevenir é cuidar do diabetes e da pressão arterial – comenta o médico.

Em Joinville, a Fundação Pró-rim promoverá ações de prevenção e conscientização na próxima quinta-feira. Com o slogan *Só é melhor idade para quem se cuida*, a instituição distribuirá panfletos educativos, realizará eventos e palestras para grupos da terceira idade. No dia 13, das 9 às 21 horas, haverá uma campanha no Supermercado Giassi com realização de exames gratuitos e orientação com profissionais de saúde.

SALMO DUARTE

EDITORA/ Roberta Benzati (roberta.benzati@an.com.br) • FALE CONOSCO/ (47) 3419-2173

 **CLÍNICA NEUROLÓGICA**

NOSSO NOVO SITE JÁ ESTÁ NO AR. MAIS DO QUE UMA CLÍNICA ONLINE, O SEU CANAL DE NEUROLOGIA!

[www.neurologica.com.br](http://www.neurologica.com.br)

Rua Doutor Plácido Olímpio de Oliveira, 1244 - Joinville - Fone: 47 3451-2525

**Acesse!**

