

DIA MUNDIAL DO RIM ALERTA PARA SAÚDE RENAL DA MULHER

Insuficiência renal crônica é a oitava causa de morte entre as mulheres no mundo. Lúpus e cistite facilitam o desenvolvimento da doença e a diabetes, pressão alta e obesidade são as principais causas.

O Dia Mundial do Rim de 2018, comemorado anualmente toda segunda quinta-feira de março, alerta para a saúde renal da mulher. A data, que coincide com o Dia Internacional da Mulher, chama atenção para dados sobre a doença no sexo feminino. Com o tema “Saúde da Mulher – Cuide dos seus Rins”, o objetivo da campanha é promover a prevenção das doenças renais e estimular os cuidados com a saúde da mulher.

Comorbidades como a obesidade, diabetes e pressão alta aumentam o risco da doença. Mas existem também outros problemas que facilitam a propensão à doença renal crônica, como o lúpus, doença inflamatória de origem autoimune que causa variadas manifestações, e a infecção urinária, também conhecida como cistite.

“Essas doenças, quando não tratadas corretamente, podem evoluir para a insuficiência renal. O Lúpus, especificamente, afeta os rins devido ao desequilíbrio na produção de anticorpos responsáveis pela proteína do próprio organismo e causam a inflamação do tecido renal, levando à fibrose e interrupção de seu funcionamento”, explica o médico nefrologista e presidente da Fundação Pró-Rim, Marcos Vieira.

Diagnóstico

O médico ainda alerta para a necessidade de se realizar o exame de creatinina periodicamente. “Para que o diagnóstico seja feito o mais cedo possível, é muito importante a realização de um exame de sangue que pode salvar vidas: o exame de creatinina. O valor normal de creatinina deve estar entre 0,7 e 1,3mg/dl (homens) e entre 0,6 e 1,2mg/dl (mulheres)”, explica o especialista.

Sobre a Doença Renal Crônica

A DRC é caracterizada pela perda progressiva e irreversível das funções renais. Estima-se que cerca de 10% da população adulta tem algum grau de perda de função renal. Na mulher, estima-se que a doença renal afete aproximadamente 195 milhões em todo o mundo, sendo atualmente a 8ª principal causa de morte em mulheres, com cerca de 600 mil mortes por ano. Segundo a Sociedade Brasileira de Nefrologia (SBN) esse percentual pode aumentar para 30% a 50% em pessoas acima de 65 anos, deixando evidente que o risco para o seu aparecimento aumenta substancialmente com o envelhecimento.

Atitudes simples como controlar o consumo de sal e açúcar, não fumar, praticar atividades físicas e realizar periodicamente exames de urina, glicemia e de creatinina, podem evitá-la.

A Fundação Pró-Rim, referência nacional no tratamento de doenças renais, participa ativamente da campanha de prevenção à Doença Renal Crônica. “Temos como um dos nossos propósitos promover a prevenção e a conscientização da Doença Renal Crônica, considerada como uma epidemia silenciosa. Alertar a população sobre esses riscos é nosso dever”, explica Dr. Marcos Vieira.

Prevenção da Doença Renal Crônica

Considerada como uma epidemia silenciosa, a prevenção a detecção precoce da doença renal são essenciais.

- Manter hábitos de vida saudáveis. Alimentação adequada e prática regular de atividades físicas são essenciais.
- Evitar a obesidade.
- Consumir mais de 2 litros de água por dia.
- Realizar periodicamente exames de creatinina e de urina.
- Controlar pressão arterial e diabetes.

Sobre a Fundação Pró-Rim (www.prorim.org.br): Referência nacional no tratamento e no transplante de rins, a Fundação Pró-Rim é uma entidade filantrópica com 30 anos de atuação. Possui unidades de hemodiálise em Santa Catarina e Tocantins e atende pacientes renais crônicos de todo o Brasil. É pioneira nos transplantes renais em SC e sua equipe está entre as que mais realizam transplante no país. Já ultrapassou a marca de 1500 transplantes renais. Recebeu o Prêmio Empreendedorismo Social pela Folha de S. Paulo e foi eleita pelo nono ano consecutivo pelo Guia Você SA como uma das 150 melhores empresas para se trabalhar no Brasil, em 2017. É a primeira instituição de nefrologia do mundo a receber a certificação internacional Qmentum e a primeira unidade de hemodiálise do Estado a receber o nível máximo de Qualidade da Organização Nacional de Acreditação (ONA – Nível 3).