



Asl Roma 4 e Croce Rossa in piazza per la giornata mondiale del rene

18 Marzo 2019

Asl Roma 4 e Croce Rossa in piazza per la giornata mondiale del rene

“Salute Renale per Tutti ed Ovunque”. E' questo il tema della Giornata Mondiale del Rene 2019, iniziativa promossa dalla Fondazione Italiana del Rene e che ha visto ancora insieme per la diffusione di una cultura della prevenzione e la promozione di corretti stili di vita l'ASL ROMA 4 e la Croce Rossa di Civitavecchia.

Come ormai da tradizione anche quest'anno è stata organizzata una giornata di screening a Piazza della Vita, dove il Dr Fulvio Marrocco, Direttore della UOC Nefrologia, ed i medici nefrologi Dr Tosco, Dr Golisano e Dr Floccari, con il supporto organizzativo e logistico dei Volontari CRI, hanno visitato ben 84 persone che si sono sottoposte allo screening delle malattie renali.

Tale appuntamento rappresenta l'occasione per una campagna globale di consapevolezza sull'importanza della cura dei reni, sulla prevenzione delle patologie ad essi collegate e sulla promozione di corretti stili di vita.

La Croce Rossa Italiana ha stilato dieci consigli per prevenire avere più a cuore i nostri reni:

- Ricordati di bere regolarmente circa 2 litri di acqua al giorno
- Evita fumo, alcol e fai attività fisica
- Utilizza poco sale e prediligi la dieta mediterranea
- Non assumere farmaci se non su indicazione medica
- Fai attenzione all'abuso di integratori alimentari per attività sportiva
- Misura la pressione arteriosa con regolarità
- Tieni sotto controllo i livelli di glicemia
- Previene le infezioni del tratto urinario e fai regolarmente esami delle urine
- I bambini al di sotto dei 2 anni non devono assumere sale
- E ricorda...l'acqua è la tua più grande alleata, il farmaco più importante.



Anche tu REDATTORE!

Inviaci in tempo reale foto, video, notizie di cronaca, curiosità, costume.

Ti trovi nel mezzo di un incidente? Fotografa la situazione e manda due righe alla redazione, chiedendo se vorrai essere citato oppure no all'interno dell'articolo come autore. Invia il tuo materiale a baraonda.giornale@gmail.com (<mailto:baraonda.giornale@gmail.com>), oppure raggiungici tramite whatsapp a questo numero 3472241340.

Grazie a questa rete di comunicazione baraondanews sarà in grado di fornire ancora più informazioni utili ai propri lettori. Insieme faremo un giornale ancora più potente ed efficace.

[ASL RM4 \(HTTPS://BARAONDANEWS.IT/TAG/ASL-RM4/\)](https://baraondanews.it/tag/asl-rm4/)

[CROCE ROSSA \(HTTPS://BARAONDANEWS.IT/TAG/CROCE-ROSSA/\)](https://baraondanews.it/tag/croce-rossa/)

[PREVENZIONE \(HTTPS://BARAONDANEWS.IT/TAG/PREVENZIONE/\)](https://baraondanews.it/tag/prevenzione/)

(<https://baraondanews.it/cerveteri-arrestato-pusher-spacciava-sui-social/>)
arrestato-
pusher

PRECEDENTE

Cerveteri, arrestato pusher. Spacciava sui social

(<https://baraondanews.it/cerveteri-arrestato-pusher-spacciava-sui-social/>)

(<https://baraondanews.it/ladispoli-al-cosmoprof-bologna-con-istituto-di-bellezza-e-formazione-ibf/>)
al-
cosmoprof

IL PROSSIMO

Ladispoli al Cosmoprof Bologna con l'istituto di bellezza e formazione IBF

(<https://baraondanews.it/ladispoli-al-cosmoprof-bologna-con-istituto-di-bellezza-e-formazione-ibf/>)

Post correlati

