



**ALCER – BARCELONA**

ASSOCIACIÓ PER A LA LLUITA CONTRA LES  
MALALTIES DEL RONYÓ

C/ Jocs Florals, 159  
08014 Barcelona  
Tel: 93 331 03 31  
Mòbil: 692 027 054  
asociacion@alcerbarcelona.org  
N.I.F. G08698367

## **NOTA DE PREMSA DIA MUNDIAL DEL RONYÓ**

Aquest any el Dia Mundial del Ronyó tindrà lloc el 13 de març de 2025, i per conscienciar s'ha triat el lema : "Estan bé els teus ronyons? Descobreix- ho a temps, protegeix la teva salut renal"

Volem conscienciar sobre la prevenció i la detecció precoç de la malaltia renal crònica Demanem més visibilitat per aquesta patologia que afecta ja al 15% de la població i que en pocs anys de seguir en aquest ritme de creixement anual, tindrà un terç de les persones més grans de 65 anys i es convertirà en la segona causa de mort en el nostre país.

Es calcula que 9 de cada 10 persones que tenen malaltia renal no ho saben.

**Repte:**

Més prevenció i més diagnòstics de manera precoç

Continuar fomentant el trasplantament renal a través del donant mort i també el de viu

Potenciar les teràpies de diàlisi domiciliàries

Millorar la qualitat de vida dels pacients

Els nefròlegs i els pacients renals incideixen en la necessitat de donar una major visibilitat a la insuficiència crònica, ja que aquesta malaltia, coneguda ja com la "epidèmia silenciosa" té una taxa d'infradiagnòstic per sobre del 40%. Malgrat la seva prevalença i del augment de la mortalitat en la darrera dècada, la malaltia renal segueix essent la gran desconeguda, comparada amb d'altres patologies.

La malaltia renal té el seu origen moltes vegades en diabetis i en malalties cardiovasculars, la obesitat, la hipertensió arterial o bé el tabaquisme, que en la seva majoria es poden prevenir amb hàbits de vida saludables, frenant així el creixement de la malaltia renal. En aquest sentit, la col.laboració de l'Atenció Primària és molt important.

Beatriz Silva, presidenta de l'associació de malalts renal ALCER assenyala que la malaltia renal crònica segueix essent una gran desconeguda en la nostra societat, tenim el deure de visibilitzar entre tots la importància de la prevenció i estar pendents dels nostres ronyons. Les polítiques de salut només estan completes si inclouen la prevenció, detecció precoç i la equitat en l'accés als tractaments. Hem de reconèixer entre tots la importància dels nostres ronyons al igual que reconeixem la importància del cor o del cervell, la població general hauria de fer-se una analítica anual per conèixer el filtrat glomerular i la creatinina dels ronyons, per tal de familiaritzar-se amb aquest termes al igual que ha succeït amb el colesterol o la sucre.



## ALCER – BARCELONA

ASSOCIACIÓ PER A LA LLUITA CONTRA LES  
MALALTIES DEL RONYÓ

C/ Jocs Florals, 159  
08014 Barcelona  
Tel: 93 331 03 31  
Mòbil: 692 027 054  
asociacion@alcerbarcelona.org  
N.I.F. G08698367

### Consells per reduir el risc renal:

1. Mantenir-se en forma, actiu
2. Seguir una dieta saludable
3. Comprovar i controlar el nivell de glucosa en sang
4. Comprovar i controlar la tensió arterial
5. Ingerir líquids de manera adequada
6. No fumar
7. No automedicar-se ni prendre antiinflamatoris ni analgèsics regularment, si no ho recepta el metge
8. Comprovar la funció renal si tens diabetis, obesitat o bé hipertensió o en el cas d'antecedents familiars

Els hashtags oficials d'aquest any a nivell mundial són #DíaMundialdelRiñón i #WorldKidneyDay la web: <https://www.diamundialdelriñon.com>. En les nostres xarxes socials en instagram i facebook: @alcerbarcelona @Alcer Barcelona

**LA NOSTRA ASSOCIACIÓ, gràcies als nostres voluntaris, estarà tot el matí del Dia Mundial del Ronyó 13 de març al mercat de Sant Cosme de 10 a 14 hores donant informació sobre la malaltia renal i la seva prevenció, així com la donació d'òrgans. A les persones que es vulguin fer donant d'òrgans se'ls expedirà el carné de donant.**