

Dia Mundial do Rim | 10 de março

Doença Renal e a Criança – Agir cedo para prevenir

Os rins não gostam de sal! Quando comemos alimentos salgados, os rins têm de trabalhar muito mais...

Quando bebemos água os rins trabalham melhor e ficam mais satisfeitos... Devemos beber 1 a 1,5 litros de água por dia!

Como explicar às crianças que aquelas batatas fritas apetecíveis que estão na prateleira do supermercado têm muito sal escondido através de palavras difíceis como “cloreto de sódio” ou “bicarbonato de sódio”?

Ou, talvez ainda mais difícil, como incentivar as crianças a deixar de lado o sumo cheio de cores e sabores para beber água?

A Sociedade de Nefrologia Pediátrica (SPN), da Sociedade Portuguesa de Pediatria (SPP), decidiu abraçar esse desafio e para assinalar o próximo Dia Mundial do Rim, este ano a 10 de março, preparou um folheto que está a encaminhar para as escolas. Estão mobilizadas equipas de profissionais de vários hospitais distritais que vão percorrer Portugal para explicar às crianças que **o que comemos e bebemos tem muita importância na saúde dos nossos rins.**

20 capitais de distrito

22 agrupamentos escolares

Meia centena de profissionais envolvidos

+ de 800 escolas

Milhares de alunos

...a multiplicar por professores e encarregados de educação

O projeto parte da certeza de que grande parte das doenças renais do adulto bem como fatores de risco de doença renal iniciam-se na infância, ainda em idade pediátrica. Logo o pediatra tem um papel fundamental na

sua prevenção primária, diagnóstico e tratamento precoce.

A amplitude do périplo nacional, que inclui Portugal Continental e Ilhas, tem como foco os alunos de 1.º ciclo, cuidadores e restante família, e gira à volta **da importância da adopção de hábitos alimentares saudáveis na prevenção de obesidade, hipertensão arterial, diabetes e doença renal.**

O desafio às escolas inclui ainda um concurso de artes gráficas com trabalhos individuais ou em grupo. Cada escola ou agrupamento de escolas selecciona um trabalho que se apresenta a concurso nacional. Os trabalhos devem ser enviados até 15 de abril para a SPP. A entrega do prémio está agendada para 17 de maio.

A SNP quer agir cedo para prevenir!

E agradece a divulgação desta iniciativa!



CONTACTOS

Pela organização do Dia Mundial do Rim em Portugal e vogal da SPN, Ana Teixeira
933425400 | anafeixeira@gmail.com ; sociedadenefrologiapediatrica@gmail.com

ANEXOS

. Folheto que está a ser enviado para os agrupamentos escolares

LINKS

<http://www.worldkidneyday.org/event/primary-prevention-of-kidney-disease-in-children-nutrition-and-kidney/>

<http://www.spp.pt/eventos/default.asp?ida=1384&ID=136>



www.spnephro.pt