

Falta cultura para prevenir la enfermedad renal

La pobreza incide en éste y otros males como la diabetes

Y es que, por ejemplo, los **alimentos chatarra** son más asequibles que los **saludables**: frutas, verduras y carne, aseguró el jefe de Nefrología del Antiguo [Hospital Civil de Guadalajara](#) ^[1] “Fray Antonio Alcalde”, doctor Guillermo García García, quien agregó que también influye que no les llega información sobre medidas preventivas.

La enfermedad renal **afecta a 8 por ciento de los adultos en Jalisco**, es decir, 600 mil tienen este mal en algún grado. “Y ya en una etapa en la cual requieren **diálisis o trasplantes** también es un porcentaje bastante alto, pues se calcula que existen alrededor de mil 300 pacientes por millón de habitantes”.

Cambios

Ante este panorama, los jaliscienses, y más quienes padecen estos males, deben de modificar su estilo de vida: **mantener un peso ideal** con dieta balanceada, **hacer ejercicio** cotidiano, dejar de fumar, disminuir el consumo de alcohol y **tomar dos litros de agua al día**, apuntó García García, médico **pionero** en los programas de prevención de la insuficiencia renal en México.

Preparan libro *Cuide su riñón*

- Para brindar **conocimientos a pacientes y familiares** sobre este órgano, sus funciones, cuidados, problemas, causas, síntomas y tratamiento con términos sencillos.
- La publicación es **única en su tipo en idioma español**.
- García García, y los doctores Sanjay Pandya y Jonathan Chávez-Íñiguez, durante dos años compilaron y editaron el libro, en el cual participaron trece residentes como autores. Fue apoyado por el [Centro Universitario de Ciencias de la Salud](#) ^[2] de la UdeG.
- Es preparado por la **Editorial Universitaria** y estará a la venta en la **Feria Internacional del Libro de Guadalajara**, a realizarse del 28 de noviembre al 6 de diciembre.

A T E N T A M E N T E

“Piensa y Trabaja”

Guadalajara, 23 de octubre de 2015

[Ver nota completa](#) ^[3]

Texto y edición web: Eduardo Carrillo

Fotografía: Adriana González

Etiquetas:

[Guillermo García García](#) [4]

URL Fuente: <https://www.comsoc.udg.mx/noticia/falta-cultura-para-prevenir-la-enfermedad-renal>

Links

[1] <http://www.hcg.udg.mx/>

[2] <http://www.cucs.udg.mx/>

[3] <http://148.202.105.20/prensa/boletines/2015/octubre/1534edu.pdf>

[4] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/guillermo-garcia-garcia>