

Se você é portador de diabetes, tenha o controle da sua glicemia.



O cuidado com os pés também é muito importante, para evitar infecções e complicações, pois elas agravam e avançam a doença renal.



Tenha hábitos de vida saudáveis



Controle seu peso

Identifique os motivos e desperte o compromisso para o seu autocuidado.

AGENDE UM HORÁRIO NA SECRETARIA DA NEFRO E ME SIGA NAS REDES SOCIAIS.



ENFERMEIRA  
BIANCAMANO  
ONLINE

- Consulta de Enfermagem a pacientes em tratamento conservador, presencial e por telessaúde
- Orientações acerca da Promoção da Saúde e Adesão ao tratamento na doença renal crônica
- Gestão do autocuidado e Controle do seu tratamento.

FICA A DICA

Você sabia que a carambola é nefrotóxica para o paciente renal?



@enfermeirabiancamano

DICAS E CONSULTAS ONLINE

Tel.: (21) 2233-1948  
Rua Sacadura Cabral, 178 - Saúde  
Anexo 4 - 3º Andar  
Serviço de Nefrologia do  
Hospital Federal do Servidores do Estado

Autor: Aline de Oliveira Biancamano Sevilha/  
Co-Autor: Alessandra Conceição Leite Funchal Camacho



VOCÊ SABE  
O QUE É  
TRATAMENTO  
CONSERVADOR DA  
DOENÇA RENAL  
CRÔNICA?



A insuficiência renal crônica é caracterizada pela presença de alterações da estrutura ou funções dos rins, por mais de três meses, com ou sem comprometimento da filtração glomerular.

Embora progressiva e irreversível até o momento, a doença renal pode ser tratada inicialmente por meio de medidas terapêuticas conservadoras, visando retardar a progressão da disfunção renal, aliviar os sintomas e prevenir complicações.

Iniciar o tratamento conservador precocemente aumenta significativamente a probabilidade de preservação da função renal por um período mais longo.



## FIQUE DE OLHO NAQUILO QUE VOCÊ COME SEJA O ATOR PRINCIPAL DESSE PROCESSO



O controle efetivo da doença renal pelo paciente está diretamente ligado à mudanças nos hábitos de vida, e estas são mais bem sucedidas quando inseridas nas atividades diárias de autocuidado que o indivíduo realiza para promover sua própria saúde.

No entanto, como a doença renal inicialmente é assintomática, a conscientização sobre sua condição é frequentemente baixa, levando a atrasos no tratamento e à falta de cuidados adequados por parte dos pacientes.

**Principais pontos que os pacientes com doença renal não devem esquecer**

- 1 Evite sal, embutidos, frutos do mar, miúdos e refrigerantes.  
Deixe as leguminosas de molho por 12h, trocando a água por várias vezes e cozinhe em uma água nova. Não cozinhe carnes ou legumes dentro.
- 2 Não cozinhe legumes no vapor.  
Se você utiliza algum quelante de fósforo (sevelamer), deve ingerí-los durante as refeições.
- 3 Não banalize ou abandone seu tratamento.
- 4 Sinta-se acolhido neste lugar, estamos juntos nesse desafio.

