



## UN MINUTO DE SALUD CON LOS CDC

### *Prevención de enfermedades renales (Preventing Kidney Disease)*

*Día Mundial del Riñón — 12 de marzo de 2009*

Recorded: March 3, 2008; posted: March 5, 2009

*Este programa es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. CDC – gente - segura - saludable.*

Más de 26 millones de adultos en los Estados Unidos sufren de problemas crónicos en los riñones. Las causas principales de la enfermedad renal crónica son la hipertensión, o presión arterial alta, y la diabetes. Estas dos afecciones también hacen que los pacientes con problemas renales sean susceptibles a enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares. El control de la hipertensión y de la diabetes es importante en la prevención de futuros problemas renales. Los adultos con estas afecciones deben hacerse chequeos regulares, mantener controladas la presión arterial y la diabetes, tener una alimentación saludable y hacer ejercicio con regularidad. Dichas estrategias pueden ayudar a prevenir las enfermedades renales como también promover una buena salud en general.

Gracias por sintonizar *Un minuto de salud con los CDC*.

*Para obtener la información de salud más precisa visite [www.cdc.gov/español](http://www.cdc.gov/español) o llame a cualquier hora al 1-800-CDC-INFO, es decir, 1-800-232-4636.*