

¿Dónde acudir  
en caso de emergencia?



Adhiere a nuestra campaña en RR.SS.

- Tómate una foto indicando dónde están tus riñones con los puños
- Súbela a tus redes con el #MuestraTusRiñones y #Semana-DelRiñónChile
- Envíanos tu foto o video haciendo un brindis con un vaso de agua con el #CuidaTusRiñones

Solicita información a tu centro de diálisis y/o hospital de referencia.  
Para más información visita [www.prosaludrenal.cl](http://www.prosaludrenal.cl)

# SALUD RENAL PARA TODOS

¡Prepárate para lo inesperado,  
apoyando a los vulnerables!



ASODI  
Asociación de Salud Óptica de Chile



World Kidney Day is a joint



# Reglas de oro en caso de emergencia

1. Mantén un kit de primeros auxilios.



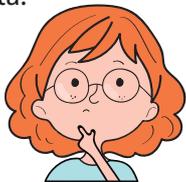
2. Mantén siempre, al menos dos bidones de agua purificada de 5 litros, de reserva en tu casa.



3. Anota todas tus enfermedades, medicamentos y dosis que consumes, en un registro que debes tener en un lugar de rápido acceso. Entrega una copia a un familiar.



4. Si estás en **diálisis**, procura siempre **tener anotado** dónde se encuentra tu **FAV**, en caso de toma de presión de emergencia. Si te dializas por un catéter de **HD o PD**, anota para qué se usa y dónde está.



5. Mantén un stock mínimo (diez días) de todos tus medicamentos como reserva.



6. **Ten en casa** alimentos **no perecibles**, como comida enlatada baja en sodio, legumbres, verduras.



7. Ten a mano los números de teléfonos más relevantes: familiares más cercanos, medio de transporte, tu centro de diálisis, servicio de urgencias y consultorio o consulta médica donde te controlas.

8. Si se produce la emergencia, mantén la calma e infórmate por canales oficiales.



El impacto de los acontecimientos desastrosos, ya sean locales (terremotos, inundaciones, condiciones meteorológicas extremas; o mundiales (pandemia de COVID-19), afectan especialmente a los pacientes con ERC, ya que la capacidad para acceder a servicios de diagnóstico, tratamientos y cuidados adecuados se ven severamente alterados.

