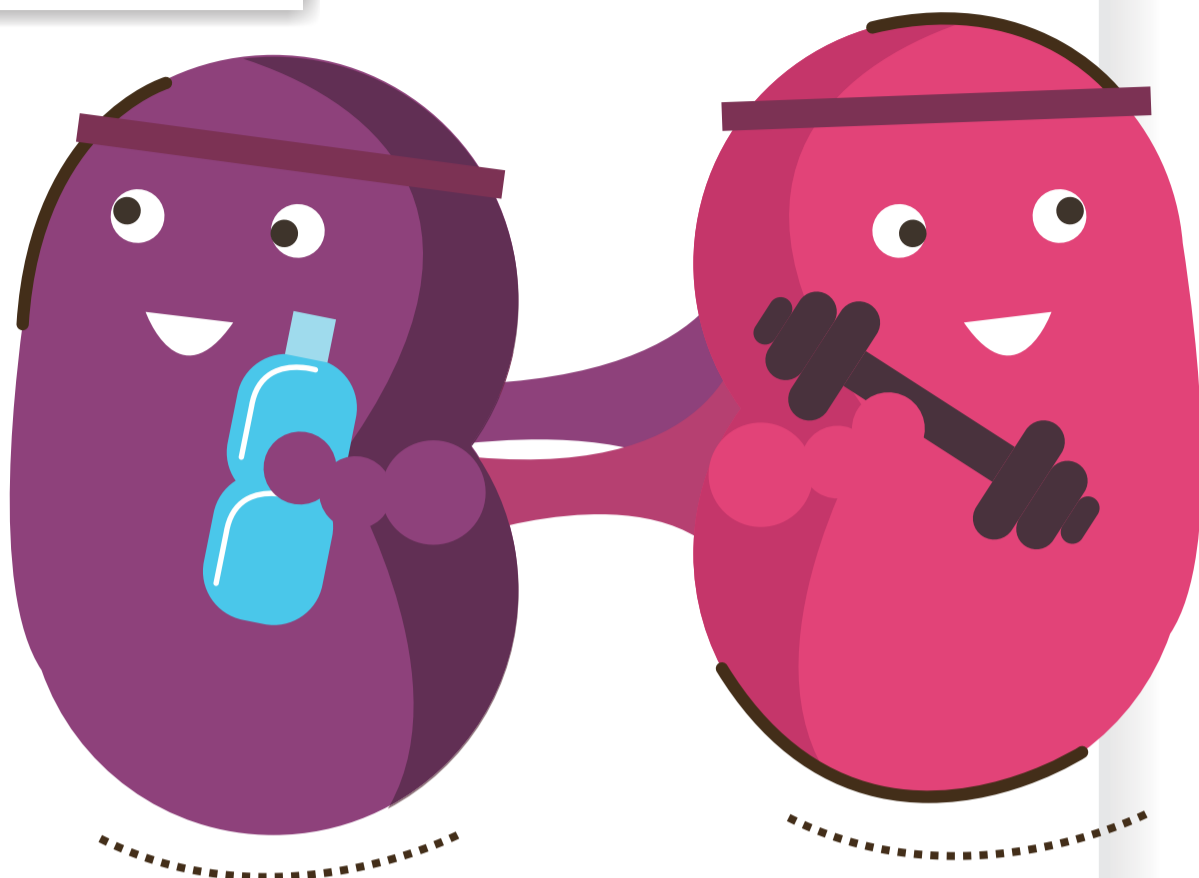


ATENÇÃO!

Como está a saúde dos seus

Rins?



Você sabe para que servem os rins?

- Controlam a quantidade de água e sal do corpo;
- Eliminam toxinas;
- Ajudam a controlar a hipertensão arterial;
- Produzem hormônios que impedem a anemia e a descalcificação óssea;
- Eliminam alguns medicamentos e outras substâncias ingeridas.

Como protegê-los?

- Controle o açúcar para evitar a diabetes;
- Evite o sal para prevenir a hipertensão;
- Converse com o médico sobre sua saúde renal;
- Não tome remédios por conta própria.



Fique mais saudável!

- Beba muita água e sucos naturais.
- Pratique atividades físicas.
- Tenha uma alimentação equilibrada.

#MARÇOBRANCO