

# DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN

14 de marzo

Estudios realizados en nuestro país han estimado una prevalencia de enfermedades renales de 12.2 % y una tasa de **51 defunciones por cada 100 mil habitantes**.

En el primer semestre de 2023 el INEGI reportó que la **insuficiencia renal** se encuentra entre las **10 principales causas de fallecimiento en México**.

Respecto a este padecimiento **GNP Seguros** reportó que:



En los **últimos 4 años** atendió cerca de **15 mil casos** relacionados con padecimientos del riñón por los que  **cubrió una cantidad de más de 3 mil mdp**.



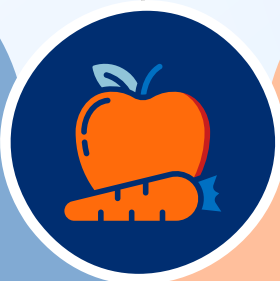
El **costo promedio por caso** asciende a poco más de **200 mil pesos**.

Los **hombres** representan el **60 % de los casos**.

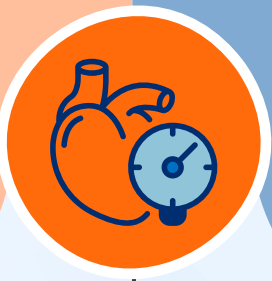
Los pacientes con diabetes, hipertensión y obesidad son más propensos a padecer enfermedades renales.

Para **prevenir o retrasar el progreso de las enfermedades renales** es importante:

Reducir el nivel de azúcar y sal en los alimentos.



Mantener alguna actividad física.



No automedicarse.



Acudir a revisión médica periódica.



Controlar la presión arterial.

No fumar, ni consumir alcohol.

Tomar suficiente agua todos los días.

Acudir con un especialista en caso de cualquier síntoma.

**GNP Seguros** promueve un estilo de vida saludable y la **revisión médica periódica** como la mejor manera de reducir riesgos y detectar a tiempo cualquier señal para atenderla con oportunidad.

Contar con un **Seguro de Gastos Médicos Mayores** representa un importante respaldo financiero para hacer frente a imprevistos de salud **sin afectar el patrimonio familiar**.

Para conocer las opciones de protección puedes ingresar a [gnp.com.mx](http://gnp.com.mx)