

RENATA,

mi nefróloga



RENATA, *mi nefróloga*

es un proyecto de la **Fundación Renal**
Íñigo Álvarez de Toledo.



Autores

Xavier Altimiras · escritor e ilustrador

M^a Dolores Arenas · nefróloga escritora

Asesores infantiles

Martina Altimiras · Adriana Guinea Sandín · Elena

López Lorente · Fabian Andrés Martínez García ·

Hugo Ricardo Barrios Ventura

Gracias a una idea de Tino Soengas y Elena Gómez



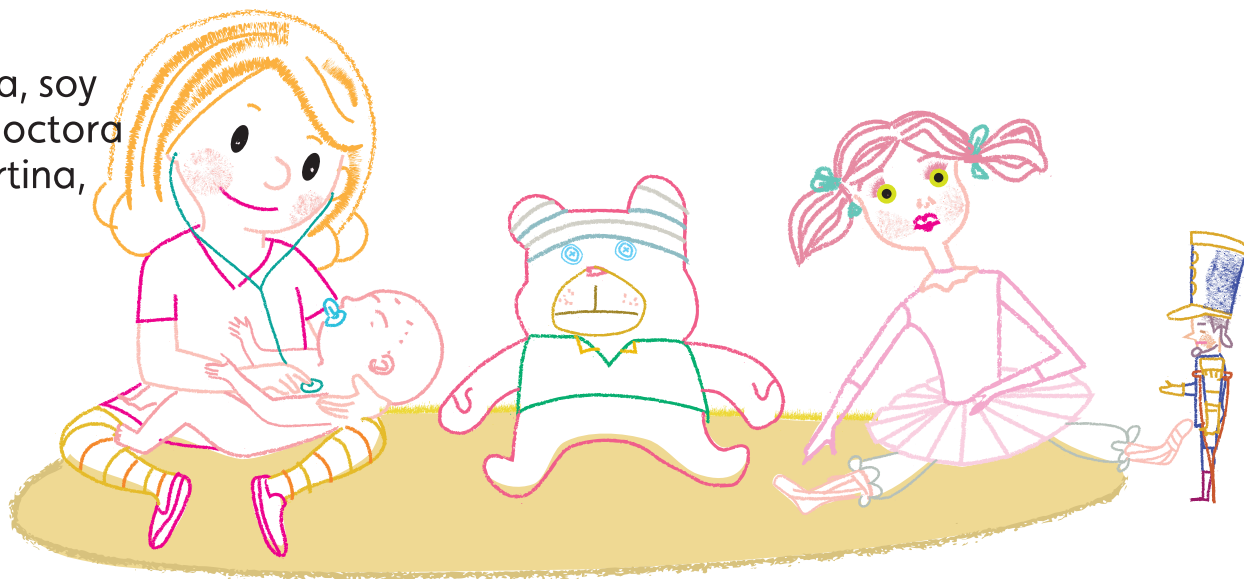
La enfermedad renal puede pasar desapercibida durante mucho tiempo, ya que los riñones no duelen, por eso a veces se detecta demasiado tarde. La buena noticia es que se puede prevenir si nos informamos a tiempo y si evitamos los factores que la producen.

Y, ¿qué mejor momento para conocerla que desde la infancia?. Es cierto que la enfermedad renal afecta más a las personas mayores, pero también es cierto que es el resultado de los hábitos de vida que hayamos tenido desde niños, por eso es especialmente importante empezar pronto a prevenirla.

Por eso, la Fundación Renal, que lleva más de cuarenta años dedicada al cuidado de personas con enfermedad renal y fomentando su prevención, ha querido publicar este libro dirigido a los niños, para que sepan desde la infancia cómo vivir de una manera saludable y lo que han de hacer para cuidar y proteger sus riñones. Y una vez que lo hayan aprendido, para darles la poderosa misión de transmitirlo.

Aunque siempre se piensa en niños y jóvenes aprendiendo y en adultos enseñando, los niños pueden ser excelentes educadores de sus padres, de sus abuelos, de todo un barrio o una comunidad. Los niños son y pueden ser los más poderosos agentes de cambio de los adultos, y a ellos va dedicado este libro.

Hola, soy
la doctora
Martina,



la doctora de todos mis muñecos.



Aunque esta semana también me toca cuidar de mi papá. Cuando llega a casa está tan cansado que ya no juega conmigo.

Mi mamá está muy preocupada y todo el día le dice:

No es normal que estés tan cansado. Tienes que ir al médico. Mañana mismo sin falta.

