

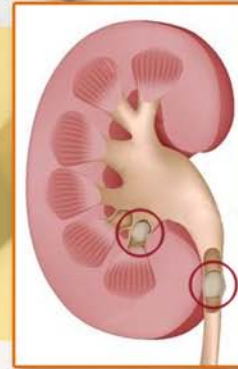
# Recomendaciones para prevenir la reaparición de los cálculos renales

**Asociación Europea de Urología 2010**

- ▶ Aumento de la ingestión de líquidos para mantener un flujo elevado de orina (aproximadamente más de 2,5 litros al día).
- ▶ Aumentar el consumo de frutas y verduras.
- ▶ Evitar el aporte excesivo de vitamina C.
- ▶ Limitar la ingestión excesiva de productos ricos en oxalato, como por ejemplo las espinacas y el chocolate.
- ▶ Reducción de la ingestión de proteínas de origen animal.
- ▶ Excepto por orden médica, el aporte de calcio no debe limitarse.
- ▶ Reducir el consumo elevado de sodio.
- ▶ En algunos casos se realiza tratamiento farmacológico para eliminar los factores de riesgo relacionados con la formación de cálculos.

# Broken

CON FITINA, VITAMINA A Y ZINC



El consumo de fitatos, de forma habitual y en cantidad suficiente, ayuda a prevenir la formación de cálculos urinarios.



**1 sola cápsula al día de Broken contiene la cantidad necesaria de fitatos para prevenir la formación de las piedras renales más comunes.**

Además contiene vitamina A y Zinc que impiden que las partículas con capacidad de formar cálculos se adhieran al epitelio.