

Erica Contreras Briceño



Edad: 31

Trabajo: Recepcionista en Hotel.

Familia: Con pareja, sin hijos.

Ciudad: Santiago

Enfermedad: Insuficiencia Renal Crónica

Personalidad



Metas

- Mantener mi rutina de ejercicios constantes
- Poder comprar mis medicinas a mejores precios

Frustraciones

- Las restricciones alimenticias
- El costo en tiempo que representa la Diálisis

Biografía

Soy Peruana, tengo 31 años y llevo 15 años viviendo en Chile, de los cuales 7 los he pasado en diálisis. Mi vida diaria es bastante movida porque trabajo en un hotel como Recepcionista, hasta las 4 de la tarde, de lunes a viernes y luego tengo la diálisis los lunes, miércoles y viernes. Los días que no tengo diálisis, voy regularmente al gimnasio, aunque últimamente he ido a correr al Cerro San Cristóbal que queda muy cerca de mi trabajo. Durante el verano tomo clases de baile dos veces a la semana. El ejercicio es fundamental para mi, ya que me permite sentirme bien y no hincharme debido a la diálisis. Mi alimentación la manejo bien ya que al empezar el tratamiento, la clínica donde iba tenía una muy buena nutricionista que hacía dietas personalizadas. Sé que no todos han tenido la misma suerte, por lo que podría compartir mis datos con los demás. Me interesa poder tener contacto con más personas en mi situación, ya que muchos de los medicamentos que tomo, los médicos que visito y los exámenes, debo financiarlos por mi cuenta y sería muy bueno compartir datos sobre eso. Además, cuando empecé con la enfermedad, busqué en Facebook algún grupo de enfermos renales en Chile, sin ningún éxito.

Motivación de App

Ayudar



Compartir



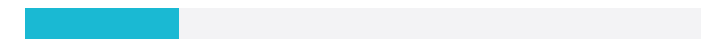
Chatear



Tips



Reuniones



Preferencias Red Social

Compra de medicamentos



Datos de médicos



Datos de exámenes



Nutrición y Dietas

