



Cálculos renales

Lo que debería saber

Urology Care
FOUNDATION™
*The Official Foundation of the
American Urological Association*

¿Qué son los cálculos renales?

La orina contiene muchos minerales y sales disueltas. Se pueden formar cálculos duros cuando la orina tiene altos niveles de minerales y sales. Estas piedras o también llamados cálculos, pueden ser “silenciosas” (sin presentar síntomas) o muy dolorosas.

¿Cuáles son los diferentes tipos de cálculos renales?

Los cálculos renales son de diferentes tipos. La forma de tratar sus cálculos depende del tipo, tamaño y ubicación del cálculo que usted tenga. El camino para prevenir la formación de nuevos cálculos también depende del tipo de cálculo. Existen cuatro tipos principales:

Cálculos de calcio (80% de los cálculos)

Los cálculos de calcio son el tipo de cálculo renal más común. Existen dos tipos de cálculos de calcio: oxalato de calcio y fosfato de calcio. Algunas personas tienen demasiado calcio en la orina, lo que aumenta su riesgo de tener cálculos. Incluso con niveles normales de calcio en la orina, otras razones pueden causar la formación de cálculos de calcio.

Cálculos de ácido úrico (5–10% de los cálculos)

Tener orina ácida incrementa el riesgo de cálculos renales de ácido úrico. Esto podría deberse a tener sobrepeso, diarrea crónica, diabetes tipo 2, gota y una dieta alta en proteínas animales y baja en frutas y vegetales.

Cálculos de estruvita/infección (10% de cálculos)

Estos cálculos están vinculados a infecciones crónicas del tracto urinario (ITU). Las personas que contraen infecciones urinarias crónicas o las personas con deficiente vaciado de la vejiga debido a trastornos neurológicos presentan mayor riesgo de desarrollar estos cálculos.

Cálculos de cistina (menos de 1% de los cálculos)

La cistina es un aminoácido que se encuentra en ciertos alimentos y es uno de los componentes básicos de las proteínas. Se forman cálculos de cistina cuando existen grandes cantidades de cistina en la orina. A menudo, los cálculos de cistina comienzan a formarse en la niñez.

¿Cuáles son los síntomas causados por los cálculos renales?

Es posible que los cálculos renales no provoquen ningún síntoma y no se diagnostiquen. Sin embargo, causará mucho dolor si un cálculo bloquea el flujo de orina que sale del riñón. Son síntomas comunes de los cálculos:

- Un dolor agudo y calambres en la espalda y costados, que a menudo desciende a la parte inferior del abdomen o la ingle. Los hombres pueden sentir dolor en la punta del pene o en los testículos.
- Necesidad intensa de orinar o de hacerlo con más frecuencia.
- Sensación de ardor al orinar.
- Orina oscura o roja debido a la existencia de sangre.
- Náuseas y vómitos.

Cálculos renales

Lo que debería saber

Más de 1 millón de estadounidenses tendrán un cálculo renal este año.

¿Cómo se tratan los cálculos?

El tratamiento depende del tipo de cálculo, su tamaño, su ubicación y por cuánto tiempo presenta síntomas. Existen diferentes tratamientos para elegir. Le será útil conversar con su profesional médico sobre la mejor opción para usted.

Esperar a que el cálculo salga por sí mismo

A menudo, se suele beber más agua y simplemente esperar a que el cálculo salga. Es probable que los cálculos más pequeños salgan por sí mismos en comparación con los más grandes.

Medicamentos

Se ha demostrado que ciertos medicamentos incrementan la posibilidad de expulsar un cálculo.

Cirugía

Puede requerirse una cirugía para extraer un cálculo del uréter o del riñón si:

- El cálculo no sale por sí mismo
- El dolor es demasiado fuerte como para esperar que el cálculo salga
- El cálculo afecta la función renal

¿Cómo puedo prevenir la formación de cálculos?

Una vez que su médico descubra por qué está formando cálculos, le dará consejos sobre cómo evitarlos en el futuro. No existe un remedio único para todos a fin de prevenir cálculos renales. Cada uno es diferente. Posiblemente deba cambiar su dieta o tomar medicamentos.

Se presentan algunos consejos generales a continuación para ayudar a prevenir la formación de cálculos.

- Beba suficiente líquido a diario (alrededor de 3 litros o diez vasos de 10 onzas).
- Reduzca la cantidad de sal en su dieta.
- Consuma la cantidad recomendada de calcio.

- Coma muchas frutas y verduras.
- Coma alimentos con niveles bajos de oxalato.
- Coma menos carne.

Acerca de la Urology Care Foundation

La Urology Care Foundation es la principal fundación urológica a nivel mundial y es la fundación oficial de la Asociación Americana de Urología (AUA). Brindamos información para quienes manejan activamente su salud urológica y quienes están listos para realizar cambios por su salud. Nuestra información se basa en los materiales de la Asociación Americana de Urología, la cual es revisada por médicos especialistas.

Para conocer más sobre afecciones urológicas, visite el sitio UrologyHealth.org/UrologicConditions o consulte UrologyHealth.org/FindAUrologist para encontrar un médico cerca suyo.

Declaración de responsabilidad

Esta información no es una herramienta para el autodiagnóstico ni un sustituto de un consejo médico profesional. No debe utilizarse ni depender de ella para dicho propósito. Por favor, converse con su urólogo o su profesional médico sobre sus inquietudes de salud. Consulte siempre a un profesional médico antes de comenzar o suspender cualquier tratamiento, incluidos los medicamentos.

Para más información, visite UrologyHealth.org/Download o llame 800-828-7866.

Traducción cortesía de la Confederación Americana de Urología



Confederación
Americana de
Urología

