

# LITIASIS RENAL

## INTRODUCCIÓN

**Litiasis urinaria** es una masa sólida compuestas de pequeños cristales y localizada en el aparato urinario (riñones, uréter, vejiga urinaria o uretra). Se pueden presentar uno o más cálculos al mismo tiempo alojados en el riñón o en el uréter. Son acumulaciones similares a piedras que se forman a partir de sales minerales. Sin embargo, estas piedras urinarias (o cálculos) son clasificadas con mayor precisión de acuerdo a dónde se descubren primero en: los riñones, los uréteres (conductos renales), o la vejiga. Los que se localizan en los riñones se denominan: cálculos renales, piedras en el riñón, cálculos en el riñón, litiasis renal o nefrolitiasis.

## MÁS INFORMACIÓN

### Educación para el paciente (Conceptos Básicos)

**¿Qué son los cálculos renales?** - Los cálculos renales o litos renales, son pequeñas piedras que se forman dentro de los riñones. Se forman cuando las sales y los minerales que se encuentran normalmente en la orina se acumulan y endurecen.

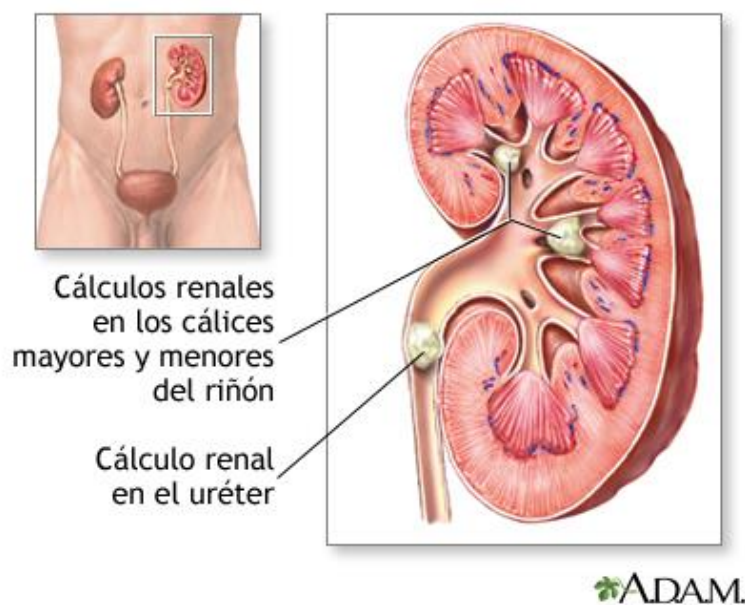
Existe una predisposición familiar, donde los hijos de padres con litiasis renal presentan 50% de riesgo de presentar episodio.

Afectan entre el 5 y 10% de la población general en los EE.UU. y en la Ciudad de Buenos Aires al 4%. Se estima que en Argentina, hay 1,5 millones de personas con litiasis renal



Figura: IDIM. Dr. Rodolfo Spivacow.

Los cálculos renales generalmente se expulsan del cuerpo al orinar, pero a veces pueden quedarse atascados en el camino.



Si eso sucede, los cálculos pueden causar:

- Dolor en el costado o en la parte baja del estómago (el “típico” cólico renal)
- Sangre en la orina (que puede hacer que la orina luzca rosa o roja).
  - Eliminación de piedras o arenillas por la orina
- Náuseas o vómitos
- Dolor al orinar
- Necesidad de orinar con urgencia

**¿Cómo sé si tengo cálculos renales?** – Si su médico piensa que usted tiene cálculos renales, puede indicarle un estudio de imagen (radiografía, tomografía, ecografía) para detectar los cálculos.

**¿Cómo se tratan los cálculos renales?** – El tratamiento de cada persona es un poco distinto. El tratamiento adecuado para usted dependerá de:

- El tamaño, el tipo y la ubicación del cálculo
- Cuánto dolor sienta
- Cuánto esté vomitando

Si su cálculo es grande o causa síntomas graves, es posible que deba quedarse en el hospital. Si su cálculo es pequeño y solo causa síntomas leves, es posible que pueda quedarse en casa y esperar hasta que su cuerpo lo expulse en la orina. Si se queda en casa, probablemente deberá beber mucho líquido. Además, podría tener que tomar medicinas para el dolor o medicinas que faciliten la expulsión del cálculo. También puede ser útil la aplicación de calor sobre la zona de dolor, ya que provoca dilatación de los conductos por donde puede estar moviéndose

el cálculo y ayuda a dilatar los mismos mejorando su expulsión. Por eso el calor (ya sea con almohadilla térmica o inmersión en agua caliente) es útil.



Los cálculos que no se expulsan naturalmente se pueden tratar con:

- Una máquina que usa ondas sonoras para romper los cálculos en pedazos más pequeños. Esto se denomina “litotripsia por onda de choque”. Este procedimiento no incluye cirugía, pero puede ser doloroso.
- Una clase especial de cirugía que hace orificios muy pequeños en su piel. Durante esta cirugía, el médico pasa unos instrumentos minúsculos a través de los orificios y dentro del riñón. Luego, saca el cálculo. Esto se llama “nefrolitotomía percutánea”.
- Un tubo delgado que entra en su cuerpo por la misma vía por la que sale la orina. Los médicos usan instrumentos ubicados al final del tubo para romper o sacar los cálculos. Esto se llama “ureteroscopia”.

**¿Qué puedo hacer para no volver a tener cálculos renales?** – Para evitar formar cálculos primero debe realizar un estudio metabólico de las

causas que predisponen a la formación y luego hacer un tratamiento dirigido para evitar la formación de nuevos. El 50-80% de los pacientes con cálculos renales no tratado pueden repetir calculo renal en próximos 5 años, mientras que en caso de recibir tratamiento adecuado pueden evitarse la formación de litos en el 93% de los pacientes, La dieta tiene mucha importancia, por ejemplo, la ingesta diaria de 2 litros o más de líquido (especialmente de agua), puede reducir hasta un 50% la aparición de nuevos cálculos renales. Otras recomendaciones son: seguir una dieta no superior a 2.000 Kcal, pobre en grasa, baja en sodio (poca sal), limitando las proteínas animales, los azúcares y el alcohol. También podría recetarle medicinas nuevas para evitar que se formen nuevos cálculos,

**Esta información es SÓLO meramente educativa. NO deberá usarse como un reemplazo del acto médico. Siempre le recomendamos la SUPERVISIÓN y el MANEJO de su enfermedad por un PROFESIONAL de la salud.**