



Los cálculos renales

VanderbiltHealth.com 615.322.5000

Solo para uso informativo. No sustituye el consejo de su proveedor de salud.

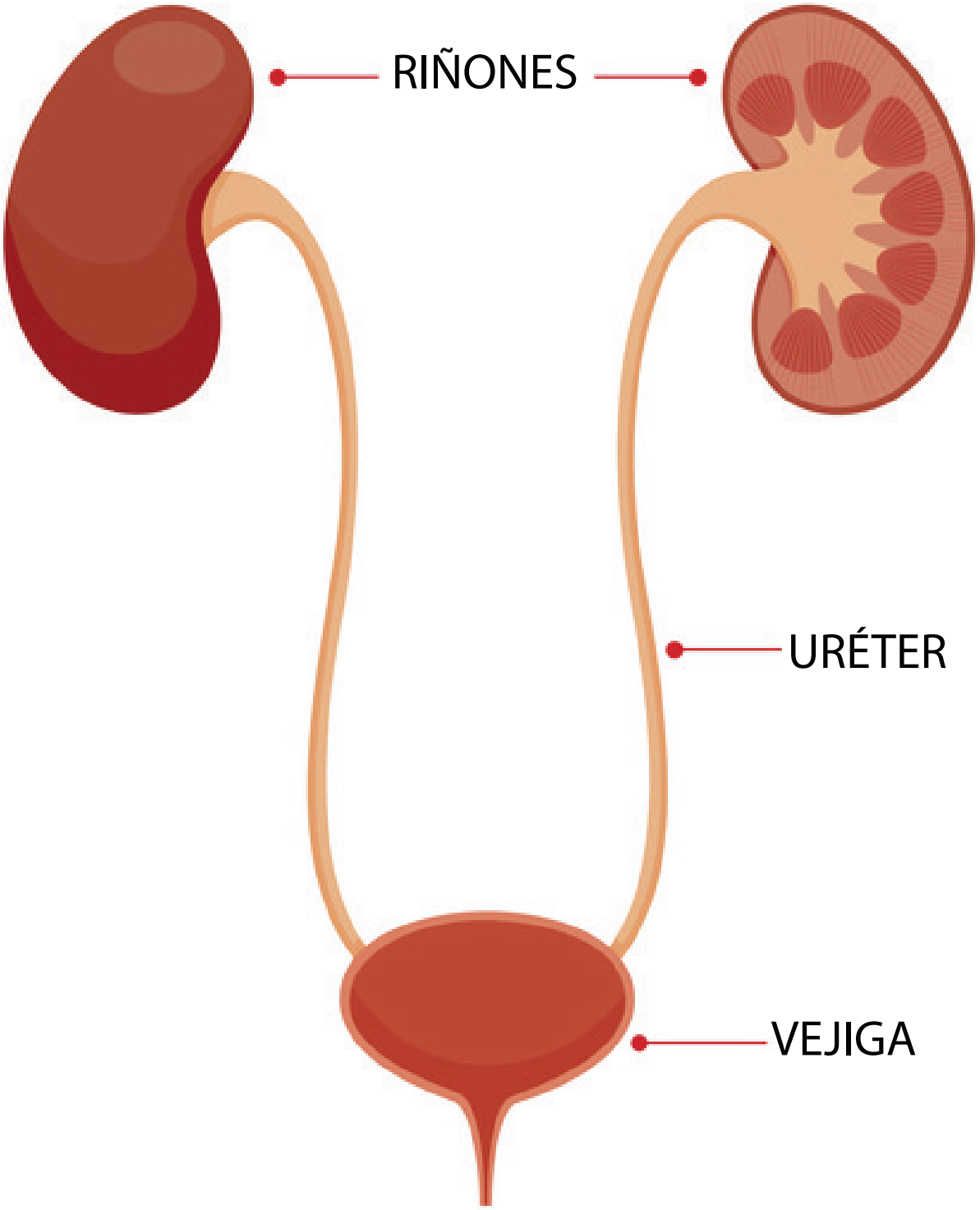
Copyright © 2022 Vanderbilt University Medical Center. Todos los derechos están reservados. HC 2550-SPA (09/2022)



La enfermedad de los cálculos renales es un problema habitual que afecta a muchas personas. De hecho, 1 de cada 10 personas tendrá un cálculo renal en el transcurso de su vida. Si no los trata, los cálculos renales pueden ser muy dolorosos y causarle más problemas. Algunos se deben tratar. Otros deben vigilarse para ver cómo evolucionan. Esta guía lo ayudará a aprender sobre los cálculos renales, cómo se tratan y cómo puede prevenir que aparezcan en el futuro.

Índice

¿Qué son los cálculos renales?	2	¿Cómo se tratan los cálculos renales?	5
¿Cuáles son las señales de cálculos renales?	3	¿Cómo se previene la formación de cálculos renales?	6
¿Cómo se hace un diagnóstico de cálculos renales?	4	Preguntas frecuentes	7



RIÑONES

URÉTER

VEJIGA

Hablemos sobre sus riñones

Para comprender lo que pasa con un cálculo renal, primero es necesario que sepa un poco sobre sus riñones. Sus riñones son 2 órganos, uno a cada lado de su cuerpo. Tienen el tamaño de sus puños. Están debajo de sus costillas, hacia la parte central de su espalda. Algunas personas solo tienen 1 riñón y pueden llevar una vida normal y saludable solo con 1.

Qué hacen mis riñones

Los riñones hacen muchas cosas. Una de las cosas principales que hacen es fabricar la orina a partir del agua y los desechos de su cuerpo. Esta orina viaja por tubos estrechos llamados uréteres hacia la vejiga. La vejiga almacena la orina. Cuando usted va al baño, su vejiga envía la orina por su uretra y fuera del cuerpo.



¿Qué son los cálculos renales?

Los cálculos renales son objetos pequeños y duros que se forman en el cuerpo. Cuando los productos químicos de la orina forman un cristal, estos se convierten en cálculos renales.

Pueden ser pequeños, como un grano de sal, y no causar problemas. También pueden crecer a un tamaño más grande, como una perla, lo que causa mucho dolor.

Cuando un cálculo deja sus riñones para salir de su cuerpo, viaja por el uréter. El uréter es un tubo pequeño (aproximadamente 1/8 de pulgada). Este tubo es donde los cálculos demasiado grandes pueden quedar atascados y causar dolor.

Hay diferentes tipos

Hay cálculos renales de muchas formas y tamaños. Hay 4 tipos principales:

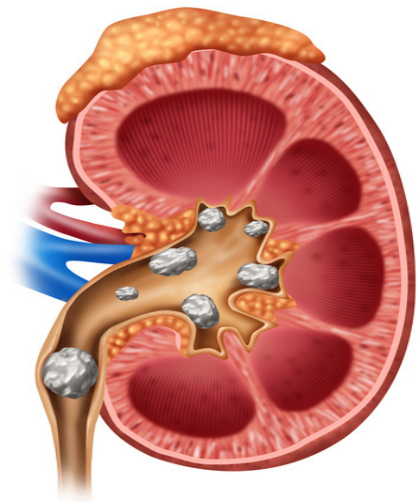
- cálculos de calcio (80 % son cálculos de calcio)
- cálculos de ácido úrico
- cálculos de estruvita/infección
- cálculos de cistina

Hay algunos tipos más, pero son muy raros. Su proveedor le hablará sobre los tipos de cálculos que usted tiene y sobre cómo tratarlos.

Hay muchas cosas que pueden causarlos

Entre ellas se incluyen:

- no tomar suficiente agua
- demasiadas bebidas azucaradas
- demasiada sal en su dieta
- tener sobrepeso
- ciertas condiciones médicas
- ciertos medicamentos
- antecedentes familiares



Los cálculos renales tienen muchas formas y tamaños diferentes.

¿Cuáles son las señales de cálculos renales?

Es probable que no tenga señales para todos los cálculos renales. Algunos cálculos no tienen síntomas. Muchos pueden pasar por su cuerpo sin dolor ni tratamiento. Cuando los cálculos crecen demasiado es cuando usted se da cuenta de que algo anda mal.

La señal más frecuente es dolor muy agudo que comienza y se detiene. Se produce repentinamente.

Otras señales incluyen:

- mucho dolor en la espalda
- mucho dolor en el estómago
- ardor o dolor al orinar
- escalofríos
- fiebre
- náuseas
- vómitos
- orina oscura o turbia
- sangre en la orina

Si tiene alguno de estos síntomas, hable de inmediato con su proveedor.



Los cálculos renales pueden causar un dolor muy fuerte en la espalda y el estómago.

¿Cómo se hace un diagnóstico de cálculos renales?

Hay muchas formas de diagnosticarlos. Si su proveedor cree que usted tiene cálculos renales, podemos hacer estas pruebas para averiguarlo.

Análisis de sangre

Los análisis de sangre nos indican si el motivo de sus cálculos renales es un problema médico. Nos indican si sus riñones están saludables.

Análisis de orina

Hacemos un análisis de su orina para ver si tiene una infección de vejiga. Esta prueba nos ayuda a ver los diferentes tipos de cálculos que se pueden estar formando en su cuerpo.

Tomografías computarizadas (CT)

Esta tomografía nos puede mostrar imágenes claras de los cálculos. Nos indica qué tan grandes son y dónde se encuentran en su cuerpo.

Normalmente, se hace un escáner si viene a la sala de emergencias por dolor. Nos da respuestas rápidamente.

Ultrasonido

Esta prueba es rápida y fácil de hacer. Es otra opción para ver los cálculos renales, su tamaño y dónde se encuentran en su cuerpo.

Radiografía

También hacemos radiografías. Se toman imágenes de los cálculos en su cuerpo.



Hay muchas pruebas que podemos hacer para diagnosticar cálculos renales.

¿Cómo se tratan los cálculos renales?

Muchas veces los cálculos pasan por el cuerpo por cuenta propia. Si no lo hacen, los tratamos.

Hay muchas formas de tratarlos. Lo que hagamos dependerá de:

- el tipo de cálculo
- dónde se encuentra el cálculo
- qué tan mal se sienta usted
- cuánto tiempo usted ha tenido síntomas

Hay diferentes tratamientos

Medicamentos

Ciertos medicamentos ayudan a que los cálculos renales se eliminen. El más habitual es Tamsulosin. También podemos darle medicamentos para aliviar el dolor y contra las náuseas, mientras espera que se elimine el cálculo.

Cirugía

A veces es necesario hacer cirugía para eliminar un cálculo. Haremos una cirugía si:

- el cálculo no se elimina
- el dolor es demasiado intenso para esperar a que se elimine el cálculo
- el cálculo evita que su riñón funcione adecuadamente

Litotricia por ondas de choque (SWL)

Este tratamiento usa ondas de choque de alta energía para romper los cálculos. Los rompe en piezas más pequeñas para que puedan pasar por su cuerpo en solo unas semanas.

Cuando lo tratamos con SWL, le administramos anestesia para ayudar con el dolor.

Uteroscopia (URS)

Este procedimiento usa una cámara pequeña con una luz para ver dentro de su uréter y buscar los cálculos renales. Usamos un pequeño dispositivo en forma de cesta para tomar los cálculos y eliminarlos. También podemos usar un láser para romperlos.

- Este procedimiento tarda 1 hora.
- Usaremos medicamentos que lo dormirán y evitarán el dolor.
- Es probable que pongamos un *stent* para ayudarlo a ir al baño.

Nefrolitotomía percutánea (PCNL) mini y estándar

Este es el mejor tratamiento para cálculos renales grandes.

- Usaremos medicamentos que lo dormirán y evitarán el dolor.
- Hacemos un pequeño corte en la espalda para poder romper los cálculos.
- Ponemos un *stent* o un tubo después de este procedimiento para ayudarlo a ir al baño.

¿Cómo se previene la formación de cálculos renales?

Las personas desarrollan cálculos renales por diferentes motivos. Cuando descubrimos por qué su cuerpo los produce, le daremos consejos sobre cómo prevenirlos.

Fíjese en lo que bebe

Beber muchos líquidos es la mejor forma de evitar los cálculos renales. Cuando su cuerpo está hidratado, es más difícil que se formen cálculos. Siga estos pasos.

- Beba agua. Beba de 8 a 10 vasos al día.
- Limite las bebidas dulces.
- Evite el alcohol.
- Asegúrese de tomar más líquido cuando haga ejercicio.

Puede ser útil que mantenga un registro en papel o en su teléfono para asegurarse de beber lo suficiente cada día.



Debe tomar mucha agua para mantenerse hidratado.

Fíjese en lo que come

Lo que come puede ayudar a prevenir la formación de cálculos renales. La mejor manera de prevenirlos es con una dieta baja en sal.

Limite los siguientes alimentos que son altos en sal:

- queso procesado
- fiambres, salchichas y perros calientes
- sopas y verduras enlatadas
- panes y bollos
- chips y pretzels
- guisos y pizza
- pepinillos y aceitunas
- salsas embotelladas y enlatadas
- sal de mesa

Lo mejor es comer muchas frutas y verduras.

Medicamentos

A veces, controlar lo que come y bebe puede no ser suficiente para evitar los cálculos renales.

Su proveedor puede darle medicamentos para ayudar a evitar los cálculos renales. Hablaremos sobre esto en su cita.

Preguntas frecuentes

¿Los cálculos renales dañarán mis riñones?

Pueden hacerlo, pero no es habitual. Solo causan daño si tiene infecciones repetidas o graves. O si hay un bloqueo durante mucho tiempo. Si no se tratan, algunos cálculos pueden causar que un riñón deje de funcionar.

Si no expulso mi cálculo, ¿necesitaré cirugía?

Puede ser. Si no expulsa su cálculo en un tiempo razonable, le causará dolor o una infección, y es probable que necesite cirugía para eliminarlo.

¿Qué pasa si mi cuerpo sigue desarrollando cálculos?

A veces la formación de cálculos renales continúa. Con el tratamiento correcto y un cambio de dieta, es menos probable que produzca cálculos repetidamente.

¿La dieta para evitar la formación de cálculos renales es la misma que la dieta para la diabetes y las enfermedades cardíacas?

La dieta que le decimos que siga también es buena para la diabetes y las enfermedades cardíacas.

¿Con qué frecuencia debo ver a mi proveedor?

Depende. Esto es diferente para cada persona. Cosas para las que puede necesitar para volver:

- muestras de orina
- análisis de sangre
- verificación de medicamentos
- tomografías computarizadas, ultrasonido o radiografía

Vanderbilt Urology Stone Center

6002 Highway 100, Nashville, TN 37205

(615) 322-2880 o (888) 507-8663

VanderbiltHealth.com