

Prevención de cálculos renales: el método de la orina de 24 horas

Un cálculo renal se forma a partir de una química específica, por lo que la prevención funciona mejor cuando se interpretan conjuntamente el análisis del cálculo, los análisis de sangre, la dieta, el historial médico y una recolección de orina de 24 horas. El plan debe especificar un objetivo de volumen de orina, la química que se busca modificar, la dieta o la medicación que se utilizará para lograrlo y cuándo se volverá a medir.



Figura 29.1. El método de análisis de orina de 24 horas. La prevención se vuelve más precisa cuando se interpretan conjuntamente el análisis de cálculos renales, los análisis de sangre, la dieta, el historial médico y la química de la orina de 24 horas.

Puntos clave

- Conserve el cálculo siempre que sea posible; saber de qué está compuesto orienta la prevención.
- La recolección de orina de 24 horas es especialmente útil en cálculos recurrentes o de alto riesgo, en personas con un solo riñón o en tipos de cálculos inusuales.
- La recolección debe reflejar un día típico; un día tranquilo en casa puede no parecerse a los días que produjeron los cálculos.
- Un resultado sorprendente debe llevar a revisar la recolección antes de basar en él un plan para toda la vida.
- El calcio dietético normal, tomado con los alimentos, suele ayudar; una restricción generalizada de calcio puede ser contraproducente.
- La prevención es un ciclo de retroalimentación: medir, intervenir, volver a medir y ajustar.

Preguntas para su urólogo

- ¿Qué tipo de cálculo formé y se analizó?
- ¿Cambiaría mi plan de prevención una recolección de orina de 24 horas?
- ¿Qué alteración en la sangre o en la orina busca corregir mi plan?

- ¿Cuál es mi objetivo de volumen de orina y cómo debería cambiar mi consumo de calcio y de sodio?
- Si me recomienda medicación, ¿qué pretende corregir y cómo se vigilará?
- ¿Cuándo repetiremos las mediciones para ver si el plan funcionó?

Encuentre un urólogo cerca de usted: localurology.com · Adaptado de *A Urology Consult in a Book* (edición en español), de David Shusterman, MD, urólogo certificado. Información general, no es consejo médico. Hable con su propio médico sobre su situación.