

## Cálculos urinarios

*Urinary Stones*

### ¿Qué son los cálculos urinarios?

Los cálculos urinarios son cristales que se agrupan y se forman en la orina. Se conocen como cálculos renales. Pueden desarrollarse en cualquiera de los órganos de las vías urinarias: los riñones, la vejiga y los uréteres (los conductos que conectan los riñones con la vejiga). El término médico es nefrolitiasis o urolitiasis.

### ¿Cuáles son los síntomas de los cálculos urinarios?

- Dolor en el vientre o en la espalda
- Sangre en la orina
- Dificultad para orinar u orinar con mucha frecuencia
- Náuseas o vómitos

### ¿Por qué se forman estos cálculos?

Son varias las razones por las que se pueden formar estos cálculos:

- Bajo flujo de orina (no hacer suficiente orina)/deshidratación
- Demasiada cantidad de cierto tipo de sales en la orina
- Antecedentes familiares/genéticos
- Algunas medicinas

### ¿Cómo se diagnostican los cálculos?

- Ecografía
- Tomografía computarizada
- Radiografías

### ¿Cuál es el tratamiento para los cálculos?

- El tratamiento más importante de todos es **tomar mucha agua. Tomar agua ayuda a prevenir los cálculos.** También ayuda a sacar los cálculos diminutos antes de que se hagan más grandes.
  - Niños en edad preescolar: 1 litro o más por día (33 onzas o 4 vasos)
  - Niños de entre 5 y 10 años de edad: 1.5 litros o más por día (50 onzas o 6 vasos)
  - Niños mayores de 10 años de edad: 2 litros o más por día (66 onzas u 8 vasos)
- Seguir una dieta de bajo contenido en sodio (sal) para prevenir los cálculos (menos de 2300 mg por día)
- Comer más frutas y verduras frescas para prevenir los cálculos.
- Si los análisis clínicos muestran el tipo de cálculos que su hijo tiene, el médico podría recomendarle algunos cambios alimenticios. El médico podría indicar comenzar con una medicación para ayudar a prevenir los cálculos. Todo dependerá del tipo de cálculo que tenga.
- La mayoría de los pacientes expulsan los cálculos por sí mismos, pero si tiene un cálculo muy grande, o un cálculo que bloquee el flujo de orina, el médico podría referirlo a un especialista conocido como urólogo para ayudar a extraerlo.

### **¿Cuándo debo llamar a mi clínica o a mi médico?**

Llame al doctor de inmediato si:

- Tiene un dolor intenso que no se controla con medicina para el dolor sin receta, fiebre o vómitos.
- No puede orinar.
- Tiene otras preguntas o preocupaciones.

*Translated by UNC Health Care Interpreter Services, 06/26/17*