
Información sobre los cálculos renales

Los riñones son órganos que tienen forma de frijol. Estos órganos ayudan a filtrar el exceso de sales, desechos y agua del cuerpo. Debe beber suficiente cantidad de agua todos los días para ayudar a eliminar ese exceso de sales a través de la orina. Intente beber de 6 a 8 vasos (de 8 onzas [aprox. 250 cc]) por día.

¿Qué son los cálculos renales?

Los cálculos renales (piedras en los riñones) están compuestos por sustancias químicas cristalizadas que se separan de la orina. Estas sustancias cristalizadas se agrupan y forman cálculos. Pueden quedarse en el riñón o pasar a las vías urinarias.

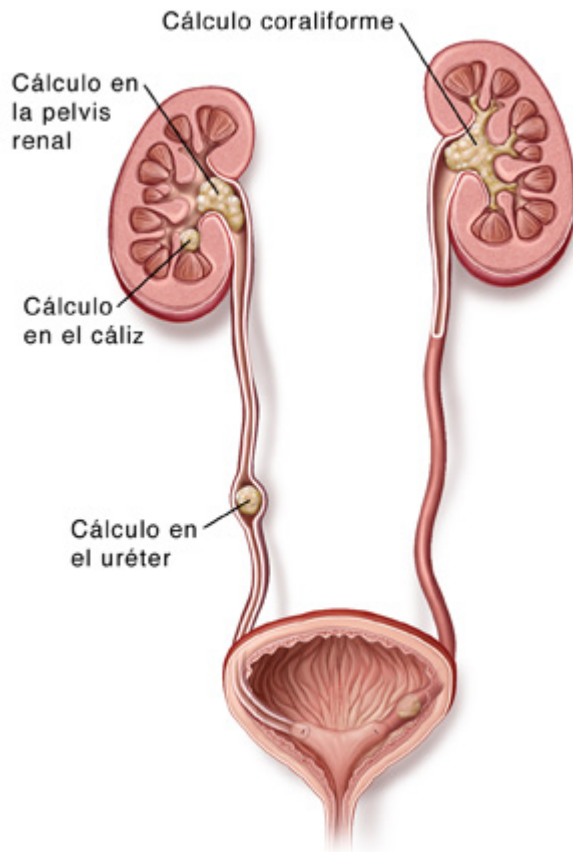
¿Por qué se forman los cálculos renales?

Los cálculos renales pueden formarse por muchos motivos. Si no bebe agua suficiente, por ejemplo, no tendrá orina suficiente para diluir las sustancias químicas. Entonces, esas sustancias químicas pueden formar cristales, los cuales pueden convertirse en cálculos. Estas son algunas de las razones por las cuales se forman los cálculos renales:

- **Pérdida de líquido (deshidratación).** Esto puede concentrar la orina y hacer que se formen cálculos.
- **Ciertos alimentos.** Hay ciertos alimentos que contienen grandes cantidades de las sustancias químicas que, en ocasiones, se cristalizan hasta formar cálculos. Si come alimentos con alto contenido de carne o sal, eso puede hacer que se formen cálculos renales.
- **Infecciones renales.** Estas infecciones facilitan la formación de cálculos al reducir el flujo de orina o cambiar el equilibrio ácido de la orina.
- **Antecedentes familiares.** Si un integrante de su familia tuvo cálculos renales, usted tiene más probabilidades de tener también.
- **La deficiencia de ciertas sustancias en la orina.** Hay ciertas sustancias que ayudan a proteger contra la formación de cálculos. Si la orina no tiene suficientes sustancias como estas, la formación de cálculos puede aumentar.

¿Dónde se forman los cálculos?

Los cálculos comienzan a formarse en la parte del riñón que tiene forma de taza (el cáliz). Algunos se quedan en el cáliz y crecen allí. Allí pueden alojarse en el riñón, la pelvis o incluso en el uréter. Ahí pueden atascarse y bloquear el flujo de orina, lo que ocasiona dolor.



Síntomas

Muchos cálculos renales pueden causar un dolor repentino e intenso y sangre en la orina. En algunos casos pueden producir náuseas, deseo frecuente de orinar y ardor al hacerlo. Los síntomas suelen depender del tamaño de sus cálculos y del lugar donde se encuentren. La fiebre puede indicar la presencia de una infección grave. Llame a su proveedor de atención médica de inmediato si presenta fiebre.