

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Mar 27, 2023

Cistite

Se você sentir uma dor em queimação ao urinar, pode estar com cistite. A cistite pode desaparecer por conta própria em alguns dias. Mas muitas pessoas precisam de tratamento. Se você tiver muitas infecções, o médico poderá recomendar tratamentos para evitá-las.

O que acontece?

A cistite ocorre quando germes (bactérias) crescem em sua bexiga. Isso causa inflamação. Tanto homens quanto mulheres podem ter cistite. Mas a cistite é rara em homens. Estas informações são sobre **cistite em mulheres** e o que fazer com as infecções frequentes.

Em geral, a urina não contém bactérias suficientes para causar infecções. Mas, às vezes, as bactérias da região do ânus podem se espalhar para a uretra (o tubo que leva a urina da bexiga para fora do corpo).

A partir daí, a bactéria pode se deslocar até a bexiga e causar uma infecção.

A prática de sexo é uma causa comum de cistite. Outros fatores que podem aumentar a probabilidade de ocorrência incluem:

- usar um creme ou gel espermicida vaginal
- ter diabetes
- ter um tubo para drenar a urina de sua bexiga (isso é chamado de cateter)
- ser mais velho
- chegando à menopausa
- Estar grávida.

Algumas mulheres têm cistite repetidamente. Se isso ocorrer mais de três vezes por ano, os médicos chamam isso de **cistite recorrente**.

Quais são os sintomas?

Os principais sintomas da cistite são:

Cistite

- dor em queimação ao urinar, e
- sentir necessidade de urinar com frequência.

Você também pode ter:

- urina turva e com mau cheiro
- sangue em sua urina, e
- dor no abdômen.

Se os sintomas forem muito graves ou piorarem, você deve consultar o seu médico.

Seu médico ou enfermeiro pode fazer um exame de urina para verificar se há infecção e se você tem cistite. Talvez sejam necessários mais exames de urina se o médico quiser saber quais bactérias estão causando a infecção.

Às vezes, a cistite pode se espalhar para os rins. Isso pode ser mais sério.

Você deve procurar um médico imediatamente se tiver sinais de infecção renal. Elas incluem:

- febre
- dor em seu lado
- náuseas e
- Vômitos.

Quais tratamentos funcionam?

A cistite geralmente desaparece por conta própria em cerca de três dias. Mas se os sintomas não desaparecerem em alguns dias, ou se forem graves, você deve consultar um médico.

Seu médico provavelmente prescreverá comprimidos de antibióticos para eliminar a infecção. Você deve tomá-los exatamente como seu médico prescreveu, até terminar o ciclo.

Há também coisas que você pode fazer para ajudar a evitar outro ataque. Se você tiver infecções frequentes, há medicamentos que podem ajudar.

O que fazer durante um ataque

Alguns médicos recomendam que você beba mais líquidos (de preferência água) para tentar "eliminar" as bactérias. Mas talvez seja melhor evitar bebidas ácidas, como suco de frutas, e bebidas que possam irritar a bexiga, como o café.

Você pode tomar paracetamol para aliviar a dor. Segurar uma garrafa de água quente sobre o abdômen pode ser reconfortante.

Coisas que você mesmo pode fazer para evitar mais ataques

Você já deve ter ouvido falar que beber suco de cranberry ou tomar cápsulas de cranberry pode ajudar a prevenir a cistite. Não há evidências suficientes para dizer com certeza se funcionará. Mas, em quantidades moderadas, não lhe causará nenhum dano.

Cistite

Muitas mulheres dizem que urinar logo após o sexo evita que elas tenham cistite.

Se você tiver **cistite recorrente**, o médico poderá recomendar que você tome antibióticos regularmente, diariamente ou depois de ter relações sexuais.

Se você tiver **cistite durante a gravidez**, ainda poderá tomar antibióticos, mas eles serão diferentes dos usados por mulheres que não estão grávidas. Isso ocorre porque alguns antibióticos não são seguros para serem tomados durante a gravidez.

O que vai acontecer comigo?

A cistite pode se curar sozinha em cerca de três dias sem nenhum tratamento. Mas, se isso não acontecer, tomar antibióticos por alguns dias provavelmente funcionará.

Se você tiver mais de duas infecções por ano durante alguns anos seguidos, provavelmente continuará a ter infecções, a menos que faça tratamento.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

