

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Apr 17, 2023

Nefrolitíase

Ter um cálculo renal pode ser doloroso e angustiante. A maioria dos cálculos sai do corpo sem nenhum tratamento.

O que são pedras nos rins?

Pedras nos rins são nódulos sólidos, semelhantes a pedras, que podem se formar nos rins. Eles são produzidos a partir de resíduos químicos da urina.

Os cálculos renais podem permanecer em seus rins sem causar problemas. Mas alguns podem sair de seu corpo no fluxo de urina.

Pedras renais muito pequenas podem sair do corpo sem que você perceba. Mas os maiores podem se esfregar contra os tubos que transportam a urina dos rins para a bexiga (os ureteres) e até mesmo ficar presos. Isso pode ser extremamente doloroso.

Existem quatro tipos principais de cálculo renal:

- O tipo mais comum contém cálcio. Esses cálculos são chamados de cálculos de oxalato de cálcio e cálculos de fosfato de cálcio.
- Os cálculos de ácido úrico se formam quando há excesso de ácido úrico na urina. O ácido úrico é um produto residual produzido quando os alimentos são digeridos.
- Os cálculos de estruvita se desenvolvem após uma infecção urinária, como a cistite.
- Os cálculos de cistina são causados por uma doença hereditária rara chamada cistinúria.

Seu médico pode recomendar a realização de exames para descobrir o tipo de pedra que você tem.

Quais são os sintomas?

O principal sintoma é a dor. Pode ser uma dor incômoda nas costas ou nas laterais, ou uma dor extremamente aguda e com câibras. A dor geralmente surge repentinamente. Ela pode se espalhar para o abdômen ou para a virilha. Você também pode:

- sentir-se suado

Nefrolitíase

- sentir náuseas ou vômitos
- necessidade de urinar com mais frequência ou sensação de queimação ao urinar.

Se o médico suspeitar que você tem um cálculo renal, você fará exames de sangue e de urina para verificar se há sinais de sangramento, infecção e outros possíveis problemas.

A presença de vestígios de sangue na urina é um sinal comum de cálculo renal. Isso é causado pelo atrito da pedra com as paredes do ureter. O sangue geralmente não é visível, mas aparece nos exames.

Você também precisará de um exame de imagem para verificar se há um cálculo. O mais comum é um tipo de raio X chamado tomografia computadorizada. Se você tiver um cálculo renal, o exame poderá mostrar o tamanho e a localização do cálculo.

Se o exame não mostrar um cálculo renal, você provavelmente fará mais exames para descobrir o que está causando a dor.

É possível que você não apresente nenhum sintoma com um cálculo renal. Você pode descobrir que tem um quando fizer um exame por outro motivo.

Quais tratamentos funcionam?

Tratamentos para ajudar na passagem dos cálculos

Os cálculos com menos de 1 centímetro de diâmetro geralmente saem do corpo sem nenhum tratamento. Pode levar várias semanas para a passagem de um cálculo, embora alguns passem muito antes.

Você pode ajudar o processo bebendo bastante água para aumentar o fluxo de urina. Seu médico também pode prescrever analgésicos fortes para a dor.

Você pode precisar de medicamentos chamados antieméticos se estiver sentindo náuseas e vômitos. Além disso, não é incomum que pessoas com pedras nos rins tenham uma infecção do trato urinário. Se você tiver uma infecção, o médico prescreverá antibióticos.

Se você tiver uma pedra presa em um tubo (ureter), o médico poderá recomendar o uso de um medicamento chamado alfa-bloqueador. Esse tipo de medicamento é frequentemente usado para tratar a pressão alta ou os sintomas de aumento da próstata. Ele também pode ajudar na passagem de cálculos ao relaxar os músculos dos ureteres.

O médico pode pedir que você pegue o cálculo com um coador de chá ou algo semelhante quando ele sair. Isso é feito para que o médico possa ver o tipo de pedra que você tem. Saber o tipo de pedra pode ajudar o médico a descobrir o que você pode fazer para evitar mais pedras.

Você provavelmente não precisará ser internado no hospital enquanto estiver expelindo um cálculo, embora possa precisar de exames para verificar o progresso do cálculo.

Entretanto, se você tiver sinais de infecção (como febre), deve procurar tratamento imediatamente. Isso ocorre porque você pode ter um problema com risco de vida chamado urosepsia, no qual uma infecção no trato urinário se espalha para a corrente sanguínea.

Tratamentos para quebrar ou remover pedras

Você precisará de outros tratamentos para pedras maiores e para aquelas que não saem do corpo.

Um dos principais tratamentos é a litotripsia extracorpórea por ondas de choque (ESWL). Ele usa ondas de choque para quebrar as pedras em pequenos pedaços que podem sair do corpo. Muitas pedras são tratadas dessa forma e isso evita qualquer operação.

Com a ESWL, você pode sentar-se em uma banheira de água ou deitar-se em uma mesa para receber o tratamento por ondas de choque. Você receberá um anestésico local para anestesiar a área que está sendo tratada.

Talvez você precise de vários tratamentos para quebrar pedras duras ou grandes. O risco de efeitos colaterais após esse tratamento é pequeno. Mas você pode ter sangramento, infecção ou fragmentos de pedras bloqueando o ureter.

Às vezes, as pessoas precisam de um pequeno procedimento ou operação se outros tratamentos não funcionaram ou se o cálculo for muito grande ou estiver em um local inadequado.

Em um tratamento, chamado ureteroscopia, o médico insere um fio longo e fino na uretra, através da bexiga e em um dos ureteres, para remover o cálculo ou quebrá-lo com um laser. (A uretra é o tubo que leva a urina para fora do corpo).

Em outro tratamento, chamado de nefrolitotomia percutânea (PCNL), o médico faz um pequeno corte nas costas para passar uma agulha e um tubo muito fino no rim para remover o cálculo.

As pessoas geralmente voltam para casa no mesmo dia em que fazem esses tratamentos. Raramente, as pessoas precisam de uma operação maior e precisam ficar no hospital.

Tratamento adicional para drenar a urina obstruída

Se um cálculo estiver bloqueando o fluxo de urina, talvez seja necessário um tratamento adicional para drenar a urina do rim. Isso pode ser feito com a colocação de um tubo fino, chamado stent, na uretra, passando pelo bloqueio. Outro tratamento envolve a colocação de um tubo pequeno e flexível chamado cateter através da pele até o rim para drenar a urina.

O que vai acontecer comigo?

Os tratamentos para pedras nos rins geralmente funcionam bem. Mas é possível que você os receba novamente. Se você já teve uma pedra nos rins, tem:

- uma chance de 5 em 10 de ter outra dentro de cinco anos
- uma chance de 8 em 10 de ter outra dentro de 10 anos.

A coisa mais importante que você pode fazer para evitar mais pedras é beber bastante água. Os médicos geralmente recomendam beber mais de 2 litros por dia. Seu médico também pode prescrever medicamentos para ajudar a impedir a formação de mais cálculos.

Nefrolitíase

Sua chance de ter mais pedras também pode ser afetada pelo que você come. Por exemplo, o consumo de frutas cítricas pode ajudar a impedir a formação de novos cálculos. Os especialistas também recomendam:

- ter uma dieta saudável, com muitas frutas, vegetais, fibras e cálcio (mas não suplementos de cálcio)
- evitar o excesso de sal
- não comer muita carne e outras fontes de proteína.

Se você já teve um cálculo de oxalato de cálcio, talvez seja necessário reduzir a quantidade de oxalato em sua dieta. Isso significa reduzir o consumo de chocolate, nozes, ruibarbo, espinafre, café e chá.

Se você já teve um cálculo de ácido úrico, deve limitar a ingestão de alimentos ricos em urato. Isso inclui pele de aves, arenque com pele, anchovas, espadilhas e órgãos de animais (como fígado, rins, cérebro e pães doces).

Também pode ser necessário limitar esses alimentos se você tiver um cálculo de oxalato de cálcio relacionado a altos níveis de urato.

No entanto, é importante conversar com seu médico antes de fazer grandes mudanças em sua alimentação.

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.

