

UMA ANÁLISE SOBRE A PREVENÇÃO DE CÁLCULOS URINÁRIOS

Beatriz SCOTTI*
Lara de Moraes e Yunis do CARMO **
Natália Martins RESENDE ***
Raiany Caroline LEAL ****
Vinícius Eiji NAKAE *****
Filinto Gonçalves de Aguiar JÚNIOR*****

RESUMO

Introdução: Litíase renal é uma doença caracterizada pela formação e concentração de cálculos no trato urinário. É um problema global que acarreta consequências pessoais e socioeconômicas para o sistema de saúde. Os tipos de cálculos mais prevalentes são os de oxalato de cálcio e fosfato de cálcio. **Objetivos:** Abordar os principais métodos de prevenção da litíase renal. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa por levantamento bibliográfico de dados do SciELO e PubMed, os descritores utilizados foram: “litíase renal”, “nefrolitíase”, “prevenção”, “cálculo renal”. Foram selecionados 8 artigos, desde o ano de 2020, sem distinção de idioma ou escolha de população específica. **Resultado:** De acordo com a literatura, foi observado que a baixa produção de urina e a desidratação são fatores de risco frequentes para todos os tipos de cálculos, sendo a ingesta hídrica o principal meio de prevenção. Pacientes que formam cálculos urinários frequentemente apresentam uma associação com a síndrome metabólica. Essa relação pode ser explicada por fatores de risco comuns, como obesidade, hipertensão, resistência à insulina e dislipidemia, que contribuem para alterações metabólicas que favorecem a litogênese. Além disso, dietas ricas em sal e proteínas e com baixa ingestão de cálcio também estão relacionadas ao aumento do risco de formação de cálculos urinários, devido ao impacto negativo que têm sobre a excreção de substâncias como oxalato e ácido úrico na urina. **Conclusão:** Conclui-se que, a litíase renal é uma condição decorrente de hábitos alimentares inadequados e fatores metabólicos, cuja prevenção baseia-se em modificações no estilo de vida, incluindo hidratação adequada, controle dietético e manejo dos componentes da síndrome metabólica.

Palavras-chave: litíase renal; nefrolitíase; prevenção; cálculo renal.

*Discente do curso de medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. bimalosi4@gmail.com

**Discente do curso de medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. larayunise@gmail.com

***Discente do curso de medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. natielismar24@gmail.com

**** Discente do curso de medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. rahleal30@icloud.com

*****Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. drviniciusnakae@terra.com.br

***** Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. filinto90@hotmail.com