

"La ingesta abundante de líquidos y de alimentos ricos en agua es el mejor consejo para prevenir las piedras en el riñón"

[Multimedia](#)

Los antecedentes familiares multiplican por tres el riesgo de padecer litiasis renal, que afecta al 5% de la población. Los urólogos Carlos Rioja y Jorge Rioja, ofrecerán este miércoles el último Aula de Salud del Hospital Viamed Montecanal de 2016 a las 19:30 horas bajo el título: "Litiasis renal (piedras en el riñón): aprende a prevenirla y conoce las alternativas para su tratamiento".

Mañana, miércoles 23 de noviembre, los urólogos Carlos Rioja y Jorge Rioja, ofrecerán el último Aula de Salud de la quinta edición de este ciclo que organiza el Hospital Viamed Montecanal en colaboración con Bantierra. Bajo el título 'Litiasis renal (piedras en el riñón): aprende a prevenirla y conoce las alternativas para su tratamiento', los especialistas abordarán las soluciones que existen para tratar y evitar su aparición a partir de las 19:30 horas en el Salón de Actos de Bantierra, C/San Voto, 6 de Zaragoza. La entrada es libre hasta completar aforo.

La litiasis renal es una enfermedad causada por la presencia de cálculos, popularmente llamadas "piedras", en la vía urinaria. Son responsables –explica el Dr. Carlos Rioja-, "de producir cuadros muy dolorosos, el cólico renal y, en los casos más severos, la pérdida de función del riñón".

La prevalencia de la litiasis en Aragón es similar al resto de España: alrededor de un 5% de la población según un estudio de la Asociación Española de Urología. Los síntomas más frecuentes de la litiasis renal (piedras en el riñón), son: el dolor o molestias en la región lumbar; la orina con sangre, en ocasiones; así como molestias al realizar la micción.

En cuanto a las causas, los especialistas subrayan que son múltiples. "Los casos más frecuentes suceden por el incremento de la concentración de cristales en la orina, por disminución del volumen urinario (deshidratación, escasa ingesta de líquidos), o por aumento de la eliminación de los mismos por alteraciones metabólicas. Determinadas infecciones y alteraciones de la vía urinaria, están en su origen en otras ocasiones".

Para prevenir la litiasis renal, los urólogos Carlos y Jorge Rioja subrayan que el mejor consejo es mantener siempre un correcto volumen de diuresis (secreción de orina), algo que se logra con una ingesta abundante de líquidos y de alimentos ricos en agua como, por ejemplo, fruta, ensaladas o verdura. "Hay que tener en cuenta que la litiasis es mucho más frecuente en países cálidos y zonas desérticas donde la deshidratación es frecuente. La alimentación puede tener

cierto impacto en los pacientes que padecen litiasis repetidamente, sobre todo en la litiasis de ácido úrico, pero poco en la población sana”, apuntan.

A ello se suma, además, la importancia de los antecedentes familiares que multiplican por tres el riesgo de padecer esta enfermedad.

Diagnóstico y tratamientos

En el diagnóstico de las litiasis se utilizan pruebas de imagen como radiografía de abdomen, ecografía, urografía intravenosa o tomografía computerizada (TC). Estas pruebas, explica el Dr. Jorge Rioja, “se van ajustando en función de los resultados de las mismas, siendo la prueba con mayor precisión diagnóstica la TC, aunque a costa de exponer al paciente una mayor radiación. Por este motivo, hoy en día se utiliza la TC de baja dosis, sin contraste”, apunta.

Una vez diagnosticada la litiasis, hoy en día existen numerosas posibilidades para su tratamiento, destacando tres grandes técnicas. En primer lugar, la Litotricia Extracorpórea por ondas de choque, “que, en su día, fue la mayor revolución en urología y sigue siendo el tratamiento de primera línea para litiasis”. Es lo que se conoce popularmente como ‘bañera”, apuntan los urólogos del Hospital Viamed Montecanal.

Según explican, esta técnica no invasiva consiste en que, mediante un generador electro-hidráulico, se generan unas ondas de choque de alta energía que permiten fragmentar las piedras con una mayor tasa de éxito, eliminando posteriormente el paciente por las vías urinarias los diminutos fragmentos de la piedra. El Hospital Viamed Montecanal tiene previsto abrir próximamente una unidad específica de Litotricia extracorpórea, que estará liderada por los Dres. Carlos y Jorge Rioja, y en la que incorporará una de las máquinas con más prestaciones del mercado “al generar una onda más enérgica y con menor tasa de efectos secundarios sobre el riñón”, apuntan los especialistas.

Al margen de la Litotricia, para el tratamiento de las piedras en el uréter y el riñón existe un tratamiento denominado Ureterorenoscopia, en el que se utiliza instrumental endoscópico. En el caso de las piedras grandes de riñón, existe otra técnica en la que, mediante una pequeña incisión en el costado, se accede al riñón con instrumental endoscópico. Esta técnica, explican los Dres. Rioja, se denomina “Nefrolitotomía percutánea”.

En el coloquio posterior a la conferencia de mañana, los urólogos zaragozanos responderán a las inquietudes y dudas del público asistente sobre todos los aspectos relacionados con la prevención, sintomatología o alternativas de tratamiento para la litiasis renal.//

<http://www.viamedmontecanal.com/>

<https://www.facebook.com/ViamedMontecanal>

<https://twitter.com/ViamedMtecanal>
