

Pará tem aumento de 34% nas cirurgias de 'pedras nos rins' em um ano, aponta Sespa

Foto: Reprodução | Em 2023, foram 1.190 procedimentos desse tipo realizados em todo o estado. Já em 2024, esse número subiu para 1.602.

O Pará teve um aumento de 34,6% no total de cirurgias de cálculo renal (rim, ureter e bexiga) em um ano, de acordo com dados da Secretaria de Estado de Saúde Pública (Sespa). Em 2023, foram 1.190 procedimentos desse tipo realizados em todo o território paraense. Já em 2024, esse número subiu para 1.602. Em meio a esse aumento, para evitar esse quadro, popularmente conhecido como “pedra nos rins”, que é acompanhado de dores intensas, urologistas reforçam a necessidade de beber bastante água e uma rotina de alimentação adequada, como algumas das medidas de prevenção da doença.

Ainda de acordo com a Sespa, em 2023, as internações pela doença chegaram a um total de 601 hospitalizações contra 911 em 2024. O urologista Charles Villacorta explica que a “pedra nos rins” é uma formação de cristais que são eliminados na urina. Com relação ao surgimento do quadro, ele reforça que o corpo humano produz vários cristais – eletrólitos -, que são derivados de sais que são expelidos na urina e que se unem formando uma concreção, uma “pedra”.

O urologista observa que a principal causa de formação de cálculo está relacionada com hábitos inadequados – principalmente à alimentação. Mas, também, tem fatores genéticos, metabólicos e endócrinos que podem favorecer a formação de cálculos. “E quando essa concentração de cristais é muito elevada ou quando a ingestão de água, de líquidos, de uma maneira geral, é muito baixa, essa concentração de soluto

de cristais favorece, então, a união deles, a sua precipitação desses cristais e formação do cálculo”, afirma o médico.

Genética

Fatores genéticos também podem propiciar o surgimento da doença, além da ingestão regular de alimentos com muito sódio, como produtos e refrigerantes diet, e o consumo exagerado de carne vermelha. O uso exacerbado de vitamina C também pode ser determinante na formação dos cálculos, conforme lembra o especialista. A partir do momento em que o quadro se agrava e há o surgimento de primeiros sinais, as dores, por exemplo, é necessário buscar ajuda médica.

Tratamento

“O tratamento pode ser clínico no sentido de se prevenir o crescimento da pedra, fazendo uma dieta adequada, assim como utilizando medicamentos que favoreçam o não crescimento do cálculo ou a não formação de novos cálculos. E não há medicamentos para que desapareçam. E quando o cálculo é um pouco maior, acima de cinco milímetros a chance de ser eliminado espontaneamente começa a diminuir”, detalha Villacorta, ao frisar que o tratamento cirúrgico vai depender da avaliação de cada caso.

A idade e o tamanho do cálculo podem ser fatores considerados pelos médicos em casos de cirurgia. E até mesmo a escolha do paciente pela operação e o tipo de cirurgia. Nos quadros em que as “pedras” não causam nenhuma dor ou outro sintoma, um acompanhamento regular por especialistas pode ser feito, ressalta Charles: “A decisão do tratamento cirúrgico depende dos aspectos relacionados ao paciente, tamanho do cálculo, da posição que esse cálculo está e depende dos sintomas que ele está provocando”.

“Se esse cálculo, mesmo que pequeno, saiu da pelve renal e caiu no ureter nesse trajeto estreito, pode causar muita dor, muita cólica e, apesar do tamanho, às vezes, precisar de

operação. Em compensação, pode-se ter um cálculo um pouco maior que está parado no rim e que pode ser apenas acompanhado. Então, cada caso precisa ser avaliado”, acrescenta o urologista ao lembrar que o procedimento cirúrgico pode ser a laser, sem nenhum corte, e até mesmo a cirurgia aberta – realizada com menos frequência.

Sintomas

Com relação aos sintomas dos cálculos, o médico detalha que os primeiros sinais são cólicas e vômito, em alguns casos. E, ao apresentar esses sintomas, o paciente deve procurar um pronto-socorro de imediato. “Essa dor é considerada uma das dores mais intensas que o ser humano pode sentir. E, a partir do tratamento da dor, observar se existe chance deste paciente eliminar espontaneamente essa pedrinha”. Outros sinais incluem ardência ao urinar e até sangue na urina, além de alta ou baixa frequência de urinar e febre.

Mitos

Embora algumas pessoas relatem benefícios ao usar o chá de “quebra-pedra”, as evidências científicas sobre a eficácia são limitadas, segundo o urologista Felipe Melo. “O uso de qualquer remédio natural deve ser feito com cautela e, preferencialmente, sob a orientação de um profissional de saúde”. Sobre o tamanho dos cálculos, ele detalha: “As ‘pedras’ menores possuem menos de cinco milímetros. Já as pedras de até dez mililitros já causam dor e outros sintomas, mas ainda assim podem ser expelidas, apesar de ser um pouco mais difícil”, comenta.

Para reforçar o hábito de beber água, o médico lembra que, devido à rotina agitada, o uso de apps com lembrete facilitam o monitoramento do consumo de água. Além disso, ele também pontua casos mais graves da doença: “Os cálculos podem se mover do rim para o ureter. Quando se forma no rim, pode se deslocar e descer pelo ureter, o tubo que conecta o rim à

bexiga. Nesse caso, esse movimento de deslocamento do rim para o ureter pode causar dor intensa e outros sintomas, como dificuldade para urinar e infecções urinárias”.

Histórico

A jornalista Thayssa Nobre, 23, viveu um longo histórico de problemas renais, iniciado aos seis anos, quando foi diagnosticada com uma condição que provocava crises intensas e constantes dores. Apesar do tratamento realizado até os 14 anos, que envolveu exames regulares e medicamentos, as crises voltaram a atormentá-la na fase adulta. Em 2020, após um agravamento do quadro, exames revelaram duas pedras no canal da uretra e outra no rim direito.

Desde então, a jovem vem ajustando sua rotina para prevenir novos episódios. Após meses de recuperação, conseguiu adotar hábitos mais saudáveis, como uma alimentação equilibrada e a ingestão de mais líquidos. Isso porque ela relembra que, durante as crises, dores, vômitos e vertigens eram sintomas comuns. E, segundo ela, tudo isso impactava a qualidade de vida e a realização das atividades do dia a dia.

“Ano passado, voltei a ter crises, mas os exames não constataram nada nos rins e nem na uretra. Acredito que posso ter uma predisposição genética. Meus avós tiveram e minha tia teve [cálculo renal]. Hoje, tento estabelecer na minha rotina beber bastante água. Eu tive algumas restrições após a cirurgia, como excesso de carne vermelha e consumo de leites, entre outros alimentos que de alguma forma impactam na minha saúde renal”, completa a jovem, ao falar do estilo de vida atual.

Atendimento

Na rede pública, o acesso a esses serviços se inicia nas unidades básicas de saúde, onde o usuário é acolhido e, se necessário, encaminhado para atendimento especializado. Nesses casos, de acordo com a Sepsa, as consultas e os exames são

agendados pela unidade de origem por meio do sistema de regulação. E, havendo indicação clínica, o usuário é direcionado para unidades hospitalares de referência, para tratamentos específicos ou procedimentos cirúrgicos.

Veja dicas para prevenir pedra nos rins:

- Hidratação adequada: beber entre 20 a 30 ml de líquidos por quilo de peso
- Controlar o consumo de sódio: no máximo 2 gramas de sódio por dia (equivalente a 5 gramas de sal de cozinha)
- Consumir sucos cítricos (como suco de laranja e abacaxi) e alimentos ricos em ácido cítrico, que ajudam a proteger contra cálculos renais
- Limitar o consumo de carne vermelha a 450-500 gramas por semana (aproximadamente 150 gramas de carne, três vezes por semana)
- Preferir outras fontes de proteína, como vegetais, leguminosas e peixe.

Fonte: As informações são de Charles Villacorta, urologista, e O Liberal e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso em 20/01/2025/19:50:39

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:

- [Clique aqui e nos siga no X](#)

- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](#)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](#) (Claro)

- Site: www.folhadoprogresso.com.br e-

mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou e-

mail: adeciopiran.blog@gmail.com