

ALTOS NIVELES DE CALCIO EN LA ORINA

Hipercalcemia

Los resultados de sus análisis de cálculos renales y/o la prueba UroMax24 pueden haber revelado niveles altos de calcio. Este folleto le contestará algunas de sus preguntas sobre la hipercalcemia y cómo reducir el riesgo de cálculos renales de forma segura.



¿QUÉ ES LA HIPERCALCIURIA?

La hipercalcemia es la excreción excesiva de calcio a través de la orina. Los niveles altos de calcio en la orina producen la formación de cristales de oxalato de calcio o fosfato de calcio en los riñones y en otras partes del tracto urinario.

¿QUÉ CAUSA LA HIPERCALCIURIA?

Los niveles altos de calcio en la orina usualmente responden a una condición hereditaria. No obstante, la dieta podría también jugar un papel importante.

¿NECESITO REDUCIR LA CANTIDAD DE CALCIO EN MI DIETA?

- Los estudios han demostrado que las dietas bajas en calcio pueden, en realidad, aumentar el riesgo de presentar cálculos renales. A menos que su médico le indique lo contrario, su dieta debe contener una cantidad normal de calcio—de 800 a 1200 mg al día.
- El calcio se combina con el oxalato en sus intestinos y abandonan el cuerpo unidos. Si usted reduce su consumo de calcio, el oxalato no tiene un compañero con el cual salir de su cuerpo. Por lo tanto es absorbido de nuevo por su organismo—conduciendo a niveles más altos de oxalato en su cuerpo, y posiblemente a la formación de cálculos de oxalato de calcio en los riñones.

¿QUÉ CAMBIOS DEBO HACER EN MIS HÁBITOS ALIMENTICIOS?

- Vigile las cantidades de proteína y sodio en su dieta. Las dietas altas en proteína y sodio aumentan la acidez de su cuerpo. Para luchar contra esto, su cuerpo libera calcio de sus huesos a la circulación sanguínea, el cual finalmente se excreta a través de la orina.
- Limite el consumo de alcohol y de cafeína. Ambas sustancias contribuyen a que haya niveles altos de calcio en la orina y a que se produzca osteoporosis.
- Reduzca su consumo total de sal. De la misma forma que sus riñones trabajan para remover la sal de su cuerpo, también pueden eliminar calcio. Este calcio se excreta en su orina.

ALIMENTOS CON ALTOCONTENIDO EN SAL

- Sal de mesa (1 cucharadita contiene alrededor de 2.000 mg de sodio)
- Condimentos que contienen sal, como la sal de apio, la sal de ajo y la sal de cebolla

- Chucrut, aceitunas, encurtidos y sazónadores
- Sopas enlatadas que no indiquen en la etiqueta que contienen poco sodio
- Panes y bollos con cubiertas saladas
- Patatas fritas de bolsa, chips de maíz, pretzels, galletas saladas o secas, palomitas de maíz
- Carnes saladas como el tocino, la mortadela, carne conservada, perros calientes, jamón
- Pescados salados, como las anchoas, el caviar, el arenque y las sardinas
- El queso fundido, los quesos de untar y quesos como el Roquefort, el camembert, gorgonzola o parmesano
- Nueces saladas
- Mantequilla de maní natural
- Caldo, catsup, salsas con chile, glutamato monosódico, mostaza, salsa de soja, salsa de Worcestershire
- Antiácidos que contienen sodio, como el Alka Seltzer
- Pasta dental con bicarbonato de sodio

SOBRE LABORATORIOS BOSTWICK

Los Laboratorios Bostwick (Bostwick Laboratories®) son laboratorio de referencia de servicios completos especializado en uropatología.

El Dr. David G. Bostwick y nuestro personal de patólogos experimentados están dedicados al diagnóstico, tratamiento y manejo del cáncer de próstata, enfermedad renal, cáncer de vejiga y otros padecimientos urológicos.

Estos patólogos reconocidos internacionalmente y certificados por la Junta Médica Estadounidense utilizan las tecnologías de análisis más avanzadas disponibles para garantizar la precisión.

La entrega rápida de los reportes de resultados le permite a usted y a su médico el tiempo que necesite para seleccionar el mejor curso del tratamiento.



**BOSTWICK
LABORATORIES®**

For Absolute Confidence®

877.865.3262

www.bostwicklaboratories.com

Richmond, Virginia | Orlando, Florida | Tempe, Arizona

Uniondale, New York | Nashville, Tennessee | London, England

© 2009 Bostwick Laboratories, Inc. BLU-PE092-0910