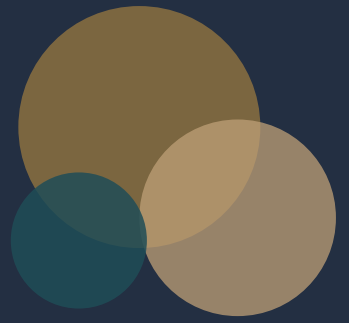




Cálculo Renal

Cuidados após a cirurgia

Recuperação tranquila após o tratamento das pedras nos rins (LECO, URS, NLP).

ORIENTAÇÕES PÓS-CIRÚRGICAS

Este guia reúne todas as orientações de cuidado após a sua cirurgia. Leia com atenção e mantenha-o à mão durante a recuperação.

Em caso de dúvidas, entre em contato com a equipe médica.

Dr. Alexandre Sato

UROLOGIA E CIRURGIA ROBÓTICA

Bem-vindo à recuperação

Este guia foi elaborado para orientar você nos cuidados após a cirurgia de **cálculo renal**. As recomendações se aplicam tanto à **litotripsia extracorpórea (LECO)**, à **ureterolitotripsia flexível com laser (URS/RIRS)** quanto à **nefrolitotripsia percutânea (NLP)**, com observações específicas para cada técnica.

Importante

Os prazos e cuidados aqui descritos são **orientações gerais**. Recomendações individualizadas, prescritas pelo seu médico, devem sempre prevalecer sobre este material.

1. Primeiras 24 a 48 horas

- **Repouso relativo** em casa, evitando esforços e ficar muito tempo em pé.
- **Hidratação abundante**: 2,5 a 3 litros de água por dia (salvo contraindicação). A urina deve ficar **clara como água**.
- Uso correto dos **analgésicos, anti-inflamatórios e antibióticos** prescritos, em horários regulares.
- **Coar a urina** nos primeiros dias para identificar fragmentos eliminados (especialmente após LECO ou URS).
- É **normal** haver: urina rosada ou avermelhada, leve ardor ao urinar, urgência miccional e desconforto lombar.

2. Cuidados com o cateter duplo J

O **cateter duplo J** é um dispositivo macio que conecta o rim à bexiga, garantindo o fluxo de urina nos primeiros dias. Não aparece externamente e é retirado em consultório, de forma rápida.

- Pode causar **desconforto na bexiga, dor lombar ao urinar e urgência miccional** — são sintomas comuns e melhoram com analgésicos e hidratação.
- **Não esqueça da data agendada para retirada** (geralmente 1 a 4 semanas após a cirurgia).
- Manter boa hidratação ajuda a tolerar melhor o cateter.
- Procure atendimento se houver febre, sangramento intenso, retenção urinária ou dor de forte intensidade.

3. Cuidados com a incisão (apenas NLP)

- Curativo trocado a cada 24 a 48 h ou conforme orientação.
- Manter a região **limpa e seca**.
- Banho de chuveiro normalmente liberado após retirada do dreno/sonda externa.
- Pequenos hematomas e desconforto local são esperados nos primeiros dias.
- Os pontos costumam ser **absorvíveis**; em casos selecionados, podem ser retirados em consulta.

4. Retorno às atividades

Os prazos abaixo são orientações gerais. A liberação definitiva é dada no retorno em consultório.

Atividade	Quando retomar
Atividades domésticas leves	1 a 3 dias
Trabalho de escritório	3 a 7 dias (LECO/URS) 7 a 14 dias (NLP)
Trabalho com esforço físico	14 a 30 dias
Dirigir	5 a 7 dias (sem opioides)
Caminhada leve	3 a 7 dias
Exercícios intensos / musculação	21 a 30 dias
Banho de mar, piscina, banheira	Após cicatrização (≈ 21 a 30 dias)
Relações sexuais	Após melhora dos sintomas urinários (≈ 7 a 14 dias)

5. Medicações e hábitos

Medicações

- Tome a medicação prescrita **nos horários certos**.
- **Antibiótico** deve ser tomado até o fim, mesmo se você se sentir bem.
- **Não use anti-inflamatórios sem prescrição** — em pacientes com cálculos, alguns deles podem afetar a função renal.

Alimentação e hidratação

- **Beber bastante água** é a medida mais importante. Meta: urina clara o dia todo.
- **Reduza o sal** e o consumo excessivo de proteína animal.
- Mantenha consumo adequado de cálcio (laticínios, com moderação) — sua restrição não é benéfica.
- Evite excessos de oxalato (espinafre, beterraba, chocolate, oleaginosas).
- **Evite bebidas alcoólicas** nos primeiros 7 dias e enquanto estiver em uso de antibiótico.

Tabagismo

O cigarro prejudica a cicatrização e aumenta o risco de infecção. Recomendamos não fumar, especialmente nas **2 semanas seguintes**.

6. Sinais de alerta

ATENÇÃO

Procure atendimento médico imediato se apresentar:

- **Febre acima de 38 °C** ou calafrios.
- **Sangramento intenso** na urina, com coágulos volumosos.
- **Dor lombar intensa** que não melhora com a medicação.
- **Náuseas e vômitos persistentes**.
- **Retenção urinária** (incapacidade de urinar).
- Vermelhidão, secreção com pus ou abertura da incisão (NLP).

7. Retornos e prevenção de novos cálculos

- **Primeiro retorno:** 7 a 15 dias.
- **Retirada do cateter duplo J:** 1 a 4 semanas, conforme agendamento.
- **Exame de imagem de controle:** em 30 a 60 dias.
- **Análise da composição** dos fragmentos eliminados, quando possível.
- **Estudo metabólico** (urina de 24 h e exames de sangue) para identificar fatores predisponentes e individualizar a prevenção.

Estamos com você

Dr. Alexandre Sato

Especialista em Urologia e Cirurgia Robótica

Em caso de dúvidas, entre em contato com o consultório. Em emergências fora do horário comercial, procure o pronto-socorro mais próximo e leve este guia com você.

Este material tem caráter informativo e educativo. Não substitui a consulta, diagnóstico ou tratamento médico individualizado.