

CÓLICO NEFRÍTICO. CÁLCULOS DE ÁCIDO ÚRICO

Además de las **recomendaciones generales** útiles para todos los pacientes con cálculos y/o cólico nefrítico, usted deberá tener en cuenta las siguientes recomendaciones.

- **Evitar la obesidad.**
- **No realizar dietas muy hipocalóricas o periodos de ayuno.**
- **No consumir bebidas alcohólicas.**
- **No consumir grasa en exceso, especialmente si existe obesidad.**
- **No comer excesivas cantidades de alimentos proteicos (carne, pescados, huevos...).**
- **Evitar los alimentos con alto contenido en purinas.**

ALIMENTOS PROHIBIDOS (Elevado contenido en purinas)	ALIMENTOS A LIMITAR	ALIMENTOS PERMITIDOS (Bajo contenido en purinas)
<ul style="list-style-type: none"> • Mariscos. • Sardinas. • Anchoas. • Atún y pescado azul en general. • Riñones. • Hígado. • Pavo. • Consomé. 	<ul style="list-style-type: none"> • Carnes rojas • Carnes blancas. • Pescado blanco y moluscos. • Legumbres: lentejas, judías blancas. • Espárragos, setas, tomates. • Champiñones, espinacas. • Coliflor, guisantes, habas. • Alcohol. 	<ul style="list-style-type: none"> • Leche y quesos. • Frutas. • Huevos. • Cereales. no integrales, pan, arroz, pasta. • Patatas. • Verduras. • Azúcar, dulces. • Café y té. • Infusiones. de hierbas, zumos naturales, agua mineral. • Especias y condimentos.

CONSULTE CON SU MÉDICO:

- **Si el dolor aumenta de intensidad o persiste durante tiempo.**
- **Si presenta fiebre, molestias al orinar o malestar general.**
- **Si aparece sangre en la orina.**
- **Mujeres embarazadas o pacientes con un solo riñón.**