

## **ESTUDIO METABÓLICO DE LA LITIASIS RENAL**

*Este estudio se realiza de lunes a viernes. **NO** los días sábados.*

- ✓ *El paciente debe realizar **2 visitas** al Laboratorio.*
- ✓ *En la **primera visita** deberá:*
  - *concurrir con 8 o 12 horas de ayuno (según estudios solicitados)*
  - *traer orina de 24 hs (bidón)*
  - *traer la 1ra orina de la mañana (recipiente estéril)*
- ✓ *Ese día comenzará una dieta hipocálcica- hiposódica que mantendrá por **7 días consecutivos** hasta la segunda visita al Laboratorio.*
- ✓ *En la **segunda visita** deberá:*
  - *concurrir con 12 horas de ayuno,*
  - *traer el cuestionario adjunto respondido*
  - *traer una muestra de orina de 24 horas (bidón)*
  - *Permanecer en el Laboratorio aproximadamente 6 horas*

*Si tiene o ha tenido infección urinaria o cólico renal, **debe** esperar 3 semanas para la realización del estudio.*

**Lea detenidamente este instructivo y consulte ante cualquier duda.**

## **INSTRUCCIONES**

### **PRIMERA VISITA**

*Concurra al Laboratorio con:*

- ✓ *8 horas de ayuno para la extracción de sangre. Si en su orden médica se solicita Triglicéridos el ayuno debe ser de 12 a 14 horas (no menos de 12 horas y no más de 14 horas). Durante el ayuno sólo puede beber agua.*
- ✓ *una muestra de orina de 24 horas recolectada en el bidón y en el recipiente estéril (ver instrucciones más abajo)*

## **RECOLECCIÓN DE ORINA DE 24 HORAS:**

Debe comenzar la recolección el día anterior a la primera visita.

Durante el día de recolección de la orina de 24 horas deberá realizar su dieta habitual y su actividad física habitual.

- Antes de recolectar cada muestra de orina, **efectúe una cuidadosa higiene de la zona genital.**

**Mujeres:** deben colocarse tapón vaginal inmediatamente después de la higiene (excepto en niñas). Retiren el tapón vaginal después de cada micción.

- A las **07:00 horas puntualmente** orine en el inodoro (**NO RECOLECTE**).  
**ATENCIÓN:** las 24 hs se cuentan a partir del momento que orina en el inodoro.
- **A partir de ese momento, y hasta las 4:00 horas de la madrugada del día siguiente,** cada vez que desee orinar, recolecte **todo** el volumen en un recipiente de boca ancha "**limpio y seco**" y transvase "**todo**" el volumen al bidón entregado por el Laboratorio. Se entiende por recipiente de boca ancha "**limpio y seco**" un balde, bacinilla, etc.
- Mantenga en la heladera el bidón durante el período de recolección.
- No orine entre las **04:00** de la madrugada y las **07:00 horas** de la mañana.
- A las **07:00 horas puntualmente** vacíe totalmente la vejiga de la siguiente manera: 1<sup>er</sup> chorro en el recipiente de boca ancha "**limpio y seco**" y el resto de la orina **directamente** en el recipiente estéril, si éste se llenara siga orinando en el recipiente de boca ancha "**limpio y seco**" y transvase al bidón.
- Concurra de inmediato al laboratorio con los recipientes de orina (bidón y recipiente estéril) (Día de la primera visita).

**IMPORTANTE:** **cumpla estrictamente** los horarios de inicio y finalización de la recolección y recoja **TODO** el volumen de orina

- *Diuréticos, antiácidos, bicarbonato. En caso de que exista la indicación médica, comunicarlo al Laboratorio.*

## **SEGUNDA VISITA**

*Al octavo día de haber iniciado este estudio, concurra al Laboratorio con:*

- ✓ *12 horas de ayuno para la extracción de sangre*
- ✓ *cuestionario adjunto respondido*
- ✓ *una muestra de orina de 24 horas recolectada en bidón habiendo realizado la dieta hipocálcica-hiposódica arriba mencionada*

*Sepa que deberá permanecer en el laboratorio durante aproximadamente 6 horas para realizar otras pruebas, por lo tanto **concurra al Laboratorio entre las 7:15 y las 7:30 horas.***

## **RECOLECCIÓN DE ORINA DE 24 HORAS POST DIETA (Comienza al séptimo día de haber iniciado la dieta)**

*Durante el día de recolección de la orina de 24 horas realice su actividad física habitual.*

- *Antes de recolectar cada muestra de orina, **efectúe una cuidadosa higiene de la zona genital.***

***Mujeres:** deben colocarse tapón vaginal inmediatamente después de la higiene (excepto en niñas). Retiren el tapón vaginal después de cada micción*

- *Al **séptimo día desde el inicio de la dieta**, a las **07:00 horas puntualmente** orine en el inodoro (**NO RECOLECTE**).*
- *A partir de ese momento y hasta las 7:00 horas del día siguiente (octavo día), cada vez que desee orinar, recolecte **todo** el volumen en un recipiente de boca ancha "**limpio y seco**" y transvase "**todo**" el volumen al bidón entregado por el Laboratorio (rotulado como orina del 7º día).*
- *Mantenga en la heladera el bidón durante el periodo de recolección.*
- *Finalizado el período de recolección (7:00 h del octavo día) **NO** debe orinar ya que comienza la retención para la siguiente prueba*

**IMPORTANTE: cumpla estrictamente los horarios de inicio y finalización de la recolección y recoja **TODO** el volumen de orina**

- **Concurra al Laboratorio entre las 7:15 y las 7:30 horas** con un ayuno de 12 hs (deberá mantener ayuno desde las 19:00 horas del día anterior).
- *En el Laboratorio se le realizará una extracción de sangre, de inmediato se le dará para beber 2 vasos de agua destilada o desionizada. Deberá mantener el ayuno hasta la finalización de los estudios (aproximadamente a las 13:00 horas).*
- **NO** podrá orinar durante las siguientes dos horas, hasta la nueva toma de muestra
- **A las 9:00 horas** deberá orinar y recolectar en el recipiente rotulado como "orina de 2 horas con ayuno prolongado".
- **A continuación tomará 1g de calcio** junto con un vaso de agua destilada. Durante la espera beberá un vaso más de agua destilada o desionizada.
- **A las 13:00 horas deberá orinar** y recolectar **"todo"** el volumen en el recipiente entregado por el Laboratorio rotulado como "orina de 4h post sobrecarga de calcio"
- **Si entre las 9:00 a 13:00 horas** desea orinar avise a un profesional

**Por favor, cumpla con estas instrucciones. LA CALIDAD es nuestro objetivo.**

### **DIETA (Durante 7 días consecutivos)**

**Comience** la dieta el mismo día que concurre al Laboratorio para la primera visita y cuente ese día como día 1.

#### **- Puede comer:**

- Una porción diaria de carne vacuna, porcina, pollo o pescado fresco.
- Huevos, arroz blanco o integral, fideos, polenta, papa, batata, zanahoria, zapallo, zapallito, repollo, azúcar, miel, mermelada (no diet), frutas en almíbar (no diet), compotas, frutas frescas no cítricas, galletitas sin sal, margarina, aceite de oliva, maíz o girasol.

#### **- Puede beber:**

- Agua, soda, mate, mate cocido, gaseosas (no diet), vino.

#### **- Puede condimentar:**

- Con pimienta, perejil, cebolla, orégano, ají molido, pimentón, nuez moscada.

#### **- NO puede comer:**

- Lácteos ni sus derivados (leche, quesos, dulce de leche, manteca, yoghurt, crema, helados, salsa blanca, ricota, ni otros alimentos preparados en base a leche o derivados)
- Facturas, masas, tortas o cualquier otra confitura.
- Chocolate o cacao
- Galletitas, pan envasado, pizza
- Carnes enlatadas, ahumadas, fiambres, embutidos, parrillada, hígado
- Vegetales en salmuera, aceitunas, pickles, sopas o caldos comerciales ni conservas en lata
- Aderezos para ensalada, mayonesa, salsa golf, mostaza, salsa de soja, sales sustitutas, chimichurri
- Ingredientes de copetín: (papas fritas, palitos, maní, etc.).
- Remolacha, cítricos, tomate, espinaca, espárragos, higos.

#### **- NO puede beber:**

- Agua mineral, café, té, jugos y cerveza.

#### **- NO puede condimentar:**

- Con sal la comida.

#### **- NO puede tomar:**

- Ninguna medicación (en especial aspirinas)
- Vitaminas (sobre todo vitamina C)