

Prevención de cálculos urinarios con hidratación (PUSH): diseño y justificación de un ensayo clínico

¿Qué queríamos aprender?



Los cálculos renales pueden causar mucho dolor y se están volviendo más comunes. Beber más agua es una de las mejores maneras de prevenir que los cálculos regresen, pero muchas personas tienen dificultad para tomar la cantidad recomendada.



Los investigadores querían saber si el uso de un programa especial—que incluía una botella de agua inteligente, recordatorios, acompañamiento (coaching) y recompensas—podría ayudar a las personas a beber suficiente agua para evitar la formación de nuevos cálculos renales con el tiempo.

¿Cómo funcionó el estudio?



Personas de 12 años en adelante que habían tenido cálculos renales y presentaban un bajo volumen de orina participaron en el estudio. A todas se les entregó una botella de agua inteligente para ayudar a registrar la cantidad de agua que bebían. Las personas del grupo de intervención recibieron apoyo adicional, como metas de consumo de agua, recordatorios, acompañamiento y pequeñas recompensas. Las personas del grupo de control recibieron el consejo y la atención estándar de sus médicos. Los investigadores siguieron a todos los participantes durante dos años para ver si había diferencias en la aparición de nuevos cálculos renales entre los dos grupos.



¿Por qué es único el diseño de este estudio?



PUSH es el primer ensayo clínico que evalúa qué tan consistentemente las personas con cálculos renales beben agua mientras participan en un programa diseñado para ayudarles a superar barreras comunes. También es el primer y más grande ensayo de adherencia que estudia la recurrencia sintomática de cálculos (es decir, si un cálculo renal vuelve a aparecer) como su objetivo principal.

¿Cómo podría esta información ayudar a los pacientes y a los equipos de atención médica?

- Los médicos podrían usar este programa para apoyar mejor a los pacientes en la creación de hábitos saludables.
- Programas como este podrían ayudar a muchas personas a mantenerse hidratadas y evitar cálculos renales en el futuro.

Obtenga más información sobre este estudio en el artículo completo de investigación:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41864748/>