

Conheça os sintomas e as formas de evitar a cistite

Beber pouca água influencia diretamente no problema

Da Redação - 06-10-2018



Bebe pouca água ao longo do dia? Isso pode ser muito prejudicial à saúde e gerar uma inflamação séria, como a cistite.

De acordo com Paulo Cicogna, nefrologista da Fundação Pró-Rim, de São Paulo (SP), trata-se de uma inflamação da bexiga, órgão que armazena a urina. O problema, que afeta principalmente as mulheres, provoca dor intensa, uma vez que o mecanismo de encher e esvaziar ao urinar provoca distensão e contração de um órgão doente.

“É uma reação involuntária e por isso mesmo, durante um episódio de cistite, aumenta o número de vezes que a pessoa sente necessidade de urinar, justamente para evitar estas distensões e contrações”, explica.

O médico esclarece que a suspeita da doença pode ser detectada pelo forte odor e a coloração, mas o diagnóstico é sempre feito por meio do exame de urina com cultura e acrescenta que a cistite simples não provoca febre. “Caso ela ocorra, há o comprometimento sistêmico, ou seja, a infecção”, ressalta.

Os sintomas que ajudam na identificação da cistite são dor no baixo ventre, dor ou ardência para urinar e aumento do número de micções. No entanto, descarta alguma relação entre cistite e corrimento vaginal, que sempre será um sintoma de doença ginecológica. Para afastar o problema, o médico indica medidas simples, como ingerir bastante líquido – de preferência água – e urinar a cada três horas.