

## Urina

### Urina com mau cheiro, o que pode ser?



Urina com mau cheiro e odor fétido pode ser sinal de infecção por bactérias ou de desidratação por pouca ingestão de água.

Muita concentração de ureia deixa a urina com mau cheiro e odor forte. Normalmente isso ocorre quando a urina está pouco diluída devido à desidratação, o que se nota facilmente na sua cor, que fica amarela forte ou até marrom.

Se a urina estiver bem diluída, ou seja, com uma cor amarela bem clara ou incolor, mas ainda assim tiver um odor forte, pode ser indicativo de presença de bactérias que metabolizam a amônia.

**Infecções da uretra** também podem causar mau cheiro na urina, principalmente se este vier acompanhado de um corrimento uretral. Alguns **medicamentos e alimentos** alteram a coloração e o odor da urina.

Após aumentar a ingestão de água (pelo menos 2 litros/dia) e continuar com mau cheiro na urina, o mais indicado é procurar um/a clínico/a geral ou médico da família para investigação.

### Minha urina está com pouco de espuma o que pode ser?

A eliminação de substâncias pelos rins pode causar espuma na urina, como é o caso de proteínas na urina. O ideal é fazer um exame de urina para ver se isto não é uma alteração que precisa de cuidados médicos. Pode não ser nada de grave, mas em alguns casos pode significar doenças.

### Urina sai verde, o que pode ser?

A urina verde, verde clara ou verde limão pode ser causada pela ingestão de grandes quantidades de clorofila presentes nos alimentos verdes, suple-

mentos alimentares à base de spirulina e algas ou de corantes alimentares como a anilina e a gardênia usados na indústria alimentar, frequentemente, em produtos de confeitaria.

Corantes presentes em medicamentos, como é o caso do azul de metileno, também podem dar uma coloração verde à urina. Além disso, a presença de algumas infecções urinárias provocadas por bactérias podem ter como característica urina com pus (piúria) o que pode dar o aspecto de uma urina esverdeada.

### Quais os sintomas de infecção urinária na bexiga?

Os sintomas de infecção urinária na bexiga, chamada cistite, incluem dor ou ardor ao urinar, vontade de urinar frequente, mas em pouca quantidade, urina esbranquiçada ou turva e com cheiro desagradável.

### Quais são os sintomas de infecção urinária nos rins?

Quando a infecção afeta os rins, ela é chamada de pielonefrite e pode causar dor ou ardor ao urinar, desconforto abdominal, calafrios e febre acima de 38°C, dor de um lado das costas, enjoo e vômitos.

### Muita vontade de urinar e pouca urina, o que pode ser?

Sentir muita vontade de urinar com pouca urina para eliminar são sintomas típicos de cistite e alterações da próstata. A vontade de urinar nesses casos é frequente e muitas vezes urgente, como nas doenças da próstata. Contudo, no momento da micção, a pessoa tem dificuldade em eliminar a urina e o volume é pequeno.

