

Què ens indica el color de l'orina?

El color, l'olor, la transparència, la quantitat o l'escuma de l'orina ens indiquen aspectes relacionats amb la salut i ens podrien estar alertant d'algunes malalties. Si bé la tonalitat normal se situaria entre el groc clar i el to ambre fosc, aquesta resultaria d'una substància nitrogenada que constitueix el pigment que dota de color groc a l'orina i s'anomena urocrom i de la urobilina, un producte del metabolisme de la bilirubina que es produeix per degradació de l'hemoglobina.

Tant els pigments com alguns components d'aliments o medicaments poden alterar el color i l'olor de l'orina. En el cas de l'olor és conegut per tothom el característic de l'orina després d'ingerir espàrrecs i que és degut a la descomposició de l'àcid aspàrtic. El color de l'orina pot presentar una àmplia varietat cromàtica que aniria des de groc o taronja al vermell, blau, verd, marró fosc o blanc tèrbol.

La remolatxa o alguns medicaments alteren el color, per això és recomanable que davant de qualsevol alteració en el color de l'orina o en les seves característiques s'esperi 24 hores a veure si es corregeix.

En el cas que persisteixi, aneu acompanyat de símptomes com dolor o febre, o l'orina sigui vermella o marró fosc és una característica que identifica la porfíria, un trastorn congènit dels glòbuls vermells poc freqüent pel que haurem de consultar amb l'especialista ja que aquesta tonalitat pot indicar una malaltia. Tant el color com altres aspectes de l'orina poden ser molt útils per determinar quin és l'estat de salut. Per això, és important no passar per alt els senyals, revisar-se periòdicament i mantenir bons hàbits de vida.

Orina groc clar: el groc és el color habitual. Si ingerim més quantitat de líquid, l'orina és més clara, i si bevem menys es concentra més la urobilina i és més fosca. Si l'orina és molt clara però no hem begut gaire, podria indicar diabetis.

Orina ataronjada: es pot deure simplement al consum de pastanaga o remolatxa. Però també podeu indicar algun problema del fetge o les vies biliars. Si no s'han consumit aquests aliments, cal consultar amb el metge.

Orina blava o verdosa: pot ser degut a la ingesta d'espàrrecs o a la presència de colorants blaus verdosos als aliments. Els bacteris pseudomones que produeixen infeccions d'orina poden donar lloc a orina de color verd. La hipercalcèmia benigna hereditària o «síndrome del bolquer blau» presenta l'orina en aquest to.

Orina color cafè: les mongetes, les faves o alguns medicaments poden produir aquest color. També pot ser degut a una deshidratació intensa o alguns problemes hepàtics.

Què ens indica el color de l'orina?

Orina rosada o vermellosa: pot ser produïda per menjar nabius, remolatxa, altres aliments vermells o a causa de l'exercici físic intens. Sense aquests desencadenants, habitualment, indica presència de sang a l'orina, que pot ser per una infecció, una pedra al ronyó o per tumors de bufeta o de la via urinària. Si l'orina és vermella es recomana sempre consultar com més aviat millor amb l'uròleg.

Orina amb forta olor: els espàrrecs, el cafè o les infeccions d'orina el poden produir.

Orina tèrbola o opaca: es pot deure a càlculs renals o infeccions a les vies urinàries. És freqüent que s'acompanyi d'una forta olor i de ganes d'orinar moltes vegades. Això passa a les infeccions d'orina.

Orina escumosa: es deu a la presència de proteïnes a l'orina. La proteïnúria ha de ser sempre estudiada, perquè si no és per un excés de proteïnes a la dieta, pot indicar un problema renal.