

Alumno: Miguel Ángel Pérez Montejo

Maestra: María José Hernández

Materia: sub módulo 2

Trabajo súper nota

Desequilibrio hidroelectrolítico

¿Qué es?

Son alteraciones del contenido de agua o electrolitos en el cuerpo humano, cuando la cantidad de estas sustancias baja o aumenta.

¿Qué son los electrolitos?

Los electrolitos son minerales presentes en la sangre y otros líquidos corporales que llevan una carga eléctrica. Los electrolitos afectan cómo funciona su cuerpo en muchas maneras, incluso: La cantidad de agua en el cuerpo. La acidez de la sangre (el pH)

¿Cuándo se presenta un desequilibrio hidroelectrolítico?

Tiene causas diversas, una de las más importantes son las enfermedades diarreicas que junto a otros factores, como altas temperaturas, alimentos mal lavados o poca hidratación, provocan un desequilibrio en el buen funcionamiento del cuerpo; siendo los Adultos Mayores y los niños los grupos más afectados.

¿Factores de riesgo?

- Consumir verduras crudas (los primeros días)
- Alimentos que no estén bien cocidos.
- Bebidas gaseosas.
- Jugos envasados.
- Alimentos preparados o conservados fuera de casa.

Consecuencias

Riesgos. Los trastornos del agua y electrolitos pueden llevar a problemas del corazón, alteraciones neurológicas, mal funcionamiento de todo el organismo e incluso la muerte.

Fuentes :

https://www.google.com/search?q=que+es+el+Desequilibrio+hidroelectrol%C3%ADtico&sc_esv=583668897&tbo=isch&source=lnms&sa=X&ved=2ahUKEwjU9O7UyM6CAxVthu4BHX_zAI0Q_AUoAXoECAEQAw&biw=1024&bih=651&dpr=1

https://www.google.com/search?q=%C2%BFQu%C3%A9+son+los+electrolitos%3F&oq=%C2%BFQu%C3%A9+son+los+electrolitos%3F&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOTIHCAEQABiABDIHCAIQABiABDIHCAMQABiABDIHCAQQABiABDIHCAUQABiABDIHCAYQABiABDIICAcQABgWGB4yCAgIEAAyFhgeMggICRAAGBYYHtIBCDE4NjVqMGo3qAIAsAIA&sourceid=chrome&ie=UTF-8

https://www.google.com/search?q=%C2%BFCu%C3%A1ndo+se+presenta+un+desequilibrio+hidroelectrol%C3%ADtico%3F&oq=%C2%BFCu%C3%A1ndo+se+presenta+un+desequilibrio+hidroelectrol%C3%ADtico%3F&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOTIHCAEQIRifBTIHCAIQIRifBTIHCAMQIRifBTIHCAQQIRifBTIHCAUQIRifBTIHCAYQIRifBTIHCAcQIRifBTIHCAgQIRifBTIHCAkQIRifBdIBCDE2MzJqMGo3qAIAsAIA&sourceid=chrome&ie=UTF-8

https://www.google.com/search?q=factores+de+riesgo+de+un+desequilibrio+hidroelectrolitico+lista+&scasv=583668897&ei=FjIZZedXsPOQ8g-LzpTwCQ&ved=0ahUKEwjnusD6ys6CAxWwOUQIHQsnBZ4Q4dUDCBA&uact=5&oq=factores+de+riesgo+de+un+desequilibrio+hidroelectrolitico+lista+&gs_lpr=Egxnd3Mtd2I6LXNlcnAiQGZhY3RvcnVzIGRIIHJpZXNnbyBkZSB1biBkZXNlcXVpbGlicmlvGhpZHJvZWxly3Ryb2xpdGljbyBsaXN0YSBIAFAAWABwAHgBkAEAmAEAoAEAqgEAuAEDyAEA-AEB4gMEGAAgQQ&sclient=gws-wiz-serp

https://www.google.com/search?q=cuales+son+las+consecuencias+de+un+desequilibrio+hidroelectrol%C3%ADtico&oq=cuales+son+las+consecuencias+de+un+desequilibrio+hi&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUqBwgCECEYoAEyBggAEEUYOTIHCAEQIRigATIHCAIQIRigATIHCAMQIRigAdIBCTE5NjUyaiBqN6gCALACAA&sourceid=chrome&ie=UTF-8