



**Nombre del alumno: Angel Esteban
Pinto Arizmendi**

**Nombre del profesor: María José
Hernández Méndez**

Nombre del trabajo: Super nota

Materia: Submodulo II

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 3 Semestre de enfermería

Grupo: Único

Comitán de Domínguez Chiapas a 16 de Agosto de 2021.

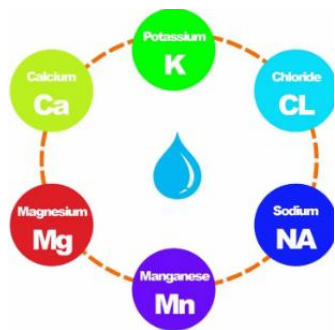
Desequilibrio hidroelectrolítico

Qué es?

Los fluidos corporales están compuestos de agua y las sustancias disueltas en ella (solutos).

Estos solutos poseen una carga eléctrica y se denominan electrolitos. Estos pueden tener carga positiva (también conocidos como cationes, como sodio, potasio, calcio y magnesio) o carga negativa (o aniones como cloruro, bicarbonato y fosfato).

Los electrolitos se mantienen en el cuerpo dentro de un rango estrecho y son esenciales para las actividades metabólicas de todas las células. Cuando estos electrolitos están desequilibrados (ya sea demasiado alto o demasiado bajo), causan problemas en muchos órganos o sistemas.



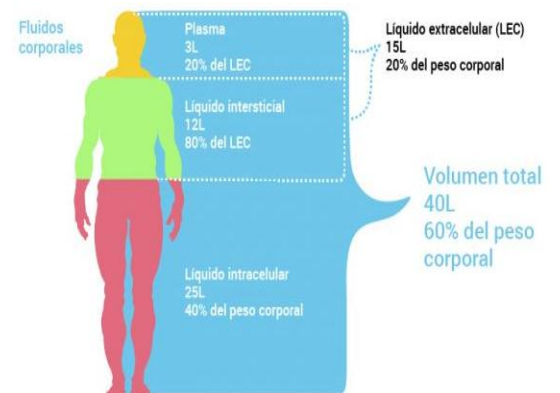
¿Qué son los electrolitos?

Los electrolitos son minerales que normalmente están presentes en el cuerpo. Cada uno lleva una pequeña carga eléctrica. Los electrolitos están presentes en la sangre, la orina y otros líquidos corporales. Un equilibrio adecuado de electrolitos ayuda a tu cuerpo a mantener los líquidos en las concentraciones adecuadas. El sodio, el potasio, el cloruro y el calcio son electrolitos. Los obtienes de los alimentos que consumes y los líquidos que bebes, y los pierdes al transpirar.

¿Cuándo se presenta un desequilibrio hidroelectrolítico?

Un desequilibrio electrolítico significa que el nivel de uno o más electrolitos en su cuerpo es demasiado bajo o demasiado alto. Puede ocurrir cuando cambia la cantidad de agua en su cuerpo. La cantidad de agua que ingiere debe ser igual a la cantidad que elimina. Si algo altera este equilibrio, es posible que tenga muy poca agua (deshidratación) o demasiada agua (sobrehidratación). Algunas de las razones más comunes por las que podría tener un desequilibrio del agua en su cuerpo incluyen:

- Ciertos medicamentos
- Vómito y/o diarrea intenso
- Sudoración intensa
- Problemas cardíacos, hepáticos o renales
- No beber suficientes líquidos
- Beber demasiada agua





Factores de riesgo.

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.



- Fatiga
- Mareos
- Nauseas
- Debilidad
- Dolores musculares
- Deshidratación
- Hinchazón
- Respiración lenta
- Sed excesiva
- Sequedad en la boca
- Orina de color oscuro

Consecuencias.

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

