



SUPER NOTA

DE LEÓN GARCÍA DANIELA
ELIZABETH

Lic. Niuzet Adriana Cruz Páez

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Lic. En Enfermería

Enfermería clínica

Tapachula, Chiapas

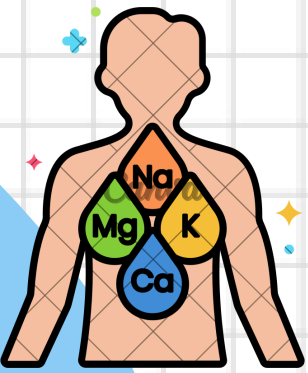
12 de octubre del 2024

ALTERACIONES DEL EQUILIBRIO HIDROELECTROLITICO Y ACIDO BASE

QUE ES?

El equilibrio hidroelectrolítico es un concepto que hace referencia al mantenimiento de un correcto estado de hidratación y de aporte de minerales. Un defecto en alguno de estos dos componentes puede causar efectos nocivos sobre el organismo

ELECTROLITOS

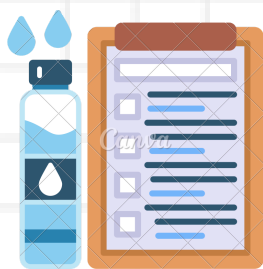


Los electrolitos son minerales ionizados que presentan funciones diversas en el cuerpo humano. Muchas de ellas están relacionadas con el mantenimiento del equilibrio osmótico o con la transmisión del impulso nervioso.

- sodio
- calcio
- potasio

CÓMO MANTENER EL EQUILIBRIO HIDROELECTROLÍTICO

- Para mantener el equilibrio hidroelectrolítico resulta fundamental, en primer lugar, garantizar un aporte adecuado de agua. No es necesario esperar a tener sed para consumir líquidos.
- mejorar el aporte de minerales, se recomienda salar un poco más de lo habitual las comidas cuando se va a practicar ejercicio en condiciones de calor. De este modo, se reduce el riesgo de hiponatremia. En el caso de personas sedentarias, la ingesta de sodio se debe de ajustar a sus necesidades dietéticas, limitándose en caso de hipertensión arterial.



TRASTORNOS HIDROELECTROLÍTICOS

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

sintomas:

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



EN QUÉ CONSISTE EL EQUILIBRIO ÁCIDO BASE

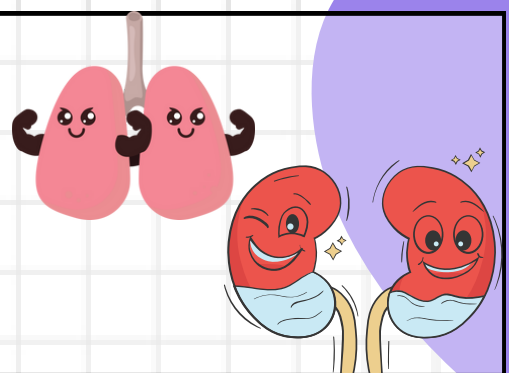
son una serie de procesos que se activan de manera simultánea para permitir que disminuya el exceso de los ácidos o bases en sangre, por lo que cada uno de ellos trabaja con funciones específicas

- el equilibrio ácido base es uno de esos mecanismos importantes. Siendo este el encargado de eliminar el exceso de ácidos o bases, evitando así que se produzcan trastornos como la alcalosis y la acidosis.



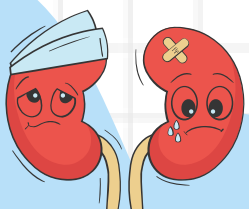
FUNCIONES ESPECIFICAS

1. **Pulmones:** activan sus receptores cuando estos perciben que los valores del pH se encuentran por debajo de lo normal (menos de 7.35), lo que permite que aumente la frecuencia respiratoria y así mismo la cantidad de pH en sangre.
2. **Riñones:** cuando hay cambios notorios del pH, se comienzan a presentar cambios en la cantidad de **bicarbonato**.
3. **Amortiguadores:** son aquellas sustancias que pertenecen al interior o exterior de las células, y que se activan primero cuando hay un cambios en las bases y ácidos.



QUÉ OCURRE CUANDO EL EQUILIBRIO ÁCIDO BASE SE ALTERA

Cuando los riñones, pulmones y las otras sustancias amortiguadoras no son capaces de producir una regulación adecuada de las sustancias ácidas y las bases, se presentarán trastornos severos que dependerán del elemento que se encuentre en exceso en el organismo.



Bibliografía

Junquera, R. (n.d.). Equilibrio ácido - base. Fisioterapia-online.com; FisiOnline. Retrieved October 12, 2024, from <https://www.fisioterapia-online.com/glosario/equilibrio-acido-base>

¿Qué es el equilibrio hidroelectrolítico? Mejor con Salud. <https://mejorconsalud.as.com/que-es-el-equilibrio-hidroelectrolitico/>