

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Sep 22, 2022

Polidipsia psicógena

Alguien que tiene polidipsia psicógena siente una sed inusual y bebe líquidos hasta el punto en que puede ser peligroso. Pero esta sed ocurre por razones psicológicas (todo está "en la mente"), y no porque alguien esté realmente deshidratado y necesite líquidos.

La polidipsia psicógena suele ser una característica de las afecciones de salud mental en las que las personas tienen problemas para distinguir lo que es real de lo que se imagina. Beber muchos líquidos puede parecer tranquilizador para las personas en esas situaciones.

Si usted o un ser querido se ve afectado por esta afección, puede usar nuestra información para hablar con su médico sobre los mejores tratamientos.

Qué es la polidipsia psicógena?

Tener polidipsia significa que alguien tiene mucha sed y bebe cantidades excesivas de líquido.

Con la polidipsia psicógena (PPD), la causa de esta sed es psicológica, no física. Esto significa que alguien piensa que tiene sed y está deshidratado cuando no es así.

Beber demasiada agua puede parecer inofensivo, pero puede causar problemas graves, entre ellos:

- niveles peligrosamente bajos de sal en el cuerpo. A esto se le llama **hiponatremia**. Puede causar confusión, cansancio extremo y cambios en la personalidad. Los niveles extremadamente bajos de sal pueden causar convulsiones, coma e incluso la muerte
- **Intoxicación por agua**. Tener demasiada agua en el cuerpo puede causar hinchazón en el cerebro, lo que puede provocar coma e incluso muerte súbita
- Pérdida del control de la vejiga
- Riñones inflamados
- Insuficiencia en los riñones
- Insuficiencia cardíaca, y
- Huesos débiles.

Qué causa la polidipsia psicógena (PPD)?

La depresión posparto tiende a ser causada por ciertas afecciones de salud mental o por ansiedad. Por ejemplo, las personas con más probabilidades de verse afectadas son las que tienen:

- Afecciones de salud mental que incluyen problemas de psicosis. Alguien con psicosis no siempre es capaz de distinguir lo que es real de lo que es imaginado. Por ejemplo, las personas con psicosis a menudo ven y escuchan cosas que no están allí
- Lo que los médicos llaman **trastornos del desarrollo**, como **el autismo** y el **síndrome de Kleine-Levin**, una afección que puede causar cambios extremos en el comportamiento
- Problemas de ansiedad. Esto puede afectar a cualquiera, pero parece más común en mujeres de mediana edad que tienen lo que los médicos llaman **trastornos de ansiedad**
- Anorexia nerviosa, y
- Trastornos de la personalidad.

La PPD, y los problemas de bajo contenido de sal causados por la PPD, también parecen ser más comunes en las personas que fuman.

No estamos seguros de por qué las personas con estas afecciones comienzan a beber muchos líquidos. Pero es posible que de alguna manera lo encuentren tranquilizador, o que lo vean como una forma de reducir el estrés. Algunas personas pueden verlo como una forma de diluir los efectos de sus medicamentos.

Cuáles son los síntomas?

Los principales síntomas de la PPD son:

- Tener una sed inusual, y
- Beber grandes cantidades de agua u otros líquidos.

Los síntomas de la hiponatremia (niveles bajos de sal) causados por la PPD incluyen:

- Cefalea
- Náuseas
- Calambres
- Músculos débiles que no responden a la estimulación física, como el tacto
- Habla forzada o arrastrada para hablar
- Letargo (sensación de debilidad y cansancio)
- confusión, y
- Convulsiones.

Si los niveles de sal se vuelven extremadamente bajos, puede causar coma y muerte súbita.

Si está siendo tratado por un médico que cree que está mostrando signos de PPD e hiponatremia, es posible que deba hacerse análisis de orina y sangre.

Qué tratamientos existen?

Tratamientos a corto plazo

El objetivo a largo plazo del tratamiento para la depresión posparto es tratar el problema que hace que alguien piense que necesita beber tanto.

Pero los problemas a corto plazo deben tratarse primero. Esto significa:

- Impedir que la persona beba demasiado líquido hasta que sus niveles de líquido y sal vuelvan a la normalidad, y
- Tratar sus niveles de sal si son demasiado bajos.

Los niveles bajos de sal se pueden tratar con **solución salina** (agua salada débil) administrada directamente en una vena. Pero, debido a que esto significa poner más líquido en el cuerpo, la persona debe ser monitoreada de cerca para ver que no se le administre demasiado líquido.

Si recibe tratamiento para la depresión posparto de esta manera, también es posible que le administren medicamentos llamados **diuréticos**, para ayudarlo a perder el exceso de líquido rápidamente. Estos medicamentos le hacen orinar más de lo normal.

Tratamientos a largo plazo

Algunas personas pueden ser tratadas rápidamente simplemente con medicamentos. Por ejemplo, si alguien sufre de **psicosis**, los **medicamentos antipsicóticos** adecuados deberían aliviar la psicosis y la PPD.

Pero no siempre es tan sencillo. Los problemas de algunas personas no se pueden tratar fácilmente con medicamentos y necesitan ayuda a largo plazo para cambiar su comportamiento.

Los médicos utilizan varios métodos a largo plazo para ayudar a las personas con PPD. Algunos de estos métodos se utilizan juntos. Entre estos se incluyen:

- Dar recompensas por no beber demasiado
- Ayudar con formas de sobrellevar la situación cuando alguien siente la necesidad de beber mucho
- Animar a la persona a llevar un diario de cuándo y cuánto bebe, y por qué
- Hablar sobre los miedos y creencias que hacen que alguien piense que necesita más líquidos, y
- Ayudar a las personas a aprender autocontrol. Por ejemplo, a alguien se le puede dar una cantidad razonable de agua para que le dure un día. Luego se les ayuda a entender cómo hacer que dure bebiéndolo constantemente en pequeñas cantidades, y haciendo cosas para distraerse cuando sienten la necesidad de beber en exceso.

Polidipsia psicógena

Estos tratamientos pueden llevar tiempo, y algunas personas necesitan mucha ayuda para aprender a controlar sus miedos e impulsos. Las personas que continúan bebiendo a niveles peligrosos a veces pueden necesitar ser confinadas a un área donde no pueden acceder a líquidos.

Qué esperar en el futuro

Si ha recibido tratamiento de emergencia para la depresión posparto, su médico querrá hacer un seguimiento con usted para verificar si necesita más ayuda, especialmente si sufre de psicosis que a veces empeora.

Si vives o cuidas a alguien que tiene problemas con PPD, es importante que estés atento a cómo está. Si alguien continúa bebiendo demasiado líquido durante un período prolongado, puede causar problemas graves, entre ellos:

- Daño a la vejiga e insuficiencia renal
- Insuficiencia cardíaca
- Huesos debilitados que conducen a fracturas
- Pérdida del control de la vejiga, y
- Coma e incluso muerte súbita causada por la falta de sal.

Si usted mismo está luchando contra la depresión posparto, o con alguien con quien vive o cuida, hable con su médico sobre cómo obtener ayuda.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

