

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Mar 01, 2023

Hipernatremia

Si tienes hipernatremia, no tienes el equilibrio adecuado de agua y sodio en la sangre. A menudo es causada por la deshidratación.

La hipernatremia puede ser extremadamente peligrosa si no se trata rápidamente, y muchas personas con hipernatremia no sobreviven. Pero la hipernatremia suele ser el resultado de otros problemas de salud graves.

Qué es la hipernatremia?

La hipernatremia significa que la sangre no tiene el equilibrio adecuado de agua y un mineral llamado **sodio**. A menudo es causada por la falta de agua (**deshidratación**).

Esto significa que el sodio en la sangre, que suele ser útil, ahora puede causar problemas graves.

Por qué es importante el sodio?

El sodio ayuda a controlar cómo fluye el agua a través de las células del cuerpo.

- Si tienes **muy poco sodio**, demasiada agua puede fluir hacia ciertas partes de tu cuerpo. Por ejemplo, el exceso de agua que fluye hacia el cerebro puede hacer que se hinche.
- Si tiene **demasiado sodio (hipernatremia)** puede hacer que el cerebro se encoja. Tanto la hinchazón como el encogimiento del cerebro pueden ser muy peligrosos de diferentes maneras.

Muchas personas con hipernatremia no sobreviven. Pero a menudo es demasiado simple decir que la hipernatremia causa la muerte. Esto se debe a que la hipernatremia a menudo es causada por otros problemas de salud, que pueden ser potencialmente mortales por sí mismos.

Pueden incluir cosas como:

- Problemas que causan **diarrea y vómitos intensos**, que conducen a la pérdida de agua, y que también significan que las personas no pueden beber suficiente agua, o beber agua sin vomitar

Hipernatremia

- **Problemas renales**
- **Demencia.** Las personas con demencia a menudo no beben suficientes líquidos
- Condiciones que afectan la capacidad de una persona para sentir sed. Estos pueden incluir **tumores cerebrales** y otras afecciones que afectan físicamente al cerebro
- Un tipo de diabetes llamada **diabetes insípida**, en la que el cuerpo lucha por retener agua. Esto es raro, ya que la mayoría de las personas con diabetes insípida tienen la afección bajo control o tienen una sed normal
- Cosas que te hacen sudar mucho, como fiebre, exposición al calor y quemaduras (estas cosas no suelen causar hipernatremia, pero pueden empeorarla).

La hipernatremia también puede ser causada por lo que se llama **sobrecarga de sodio**. Esto significa que alguien consume o se le administra demasiado sodio en un corto período de tiempo. Esto puede suceder de varias maneras, entre ellas:

- Recibir demasiado líquido que contiene sodio (generalmente agua ligeramente salada, llamada **solución salina**) en una vena, mientras está en el hospital
- Problemas con los medicamentos que contienen mucho sodio
- Tragar mucha agua de mar. Esto les puede pasar a las personas que son rescatadas del mar
- Beber lejía deliberadamente como un acto de autolesión
- Comer demasiada sal por accidente. Esto suele ocurrir cuando la gente confunde la sal con el azúcar. Esto es especialmente peligroso para los niños
- Problemas durante la diálisis renal.

Los medicamentos que pueden estar relacionados con la hipernatremia incluyen:

- Litio, que se usa para tratar trastornos del estado de ánimo como el trastorno bipolar
- Diuréticos. Estos medicamentos se usan para tratar afecciones en las que se puede acumular demasiada agua en el cuerpo. Pero a veces pueden hacer que las personas pierdan demasiado líquido
- Algunos laxantes, y
- Carbón vegetal, que se usa para tratar algunos tipos de envenenamiento.

Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la hipernatremia pueden ser difíciles de detectar. Por lo general, dependen de lo que haya causado el problema.

Por ejemplo, en las personas mayores, **la deshidratación** con el tiempo puede provocar hipernatremia. Los síntomas de la deshidratación en las personas mayores pueden incluir:

- boca seca
- Sensación de sed, y
- Orina de color oscuro.

Hipernatremia

La hipernatremia que aparece muy rápidamente, por ejemplo, debido a una sobrecarga de sodio, puede hacer que el cerebro se encoja. Esto puede causar síntomas que incluyen:

- Cansancio
- Debilidad, y
- Síntomas del estado de ánimo, como estar irritable.

Si el encogimiento del cerebro es grave, puede provocar convulsiones, coma y la muerte.

Si su médico cree que tiene hipernatremia, le preguntará sobre sus síntomas y su salud general. Por ejemplo, preguntarán sobre:

- Cualquier afección médica que tenga
- Cualquier medicamento que esté tomando, y
- La cantidad de líquido que ha estado bebiendo recientemente.

También necesitará hacerse análisis de sangre y orina. Estas pruebas pueden indicar si tienes hipernatremia y también pueden ayudar a mostrar qué la ha causado.

Qué tratamientos existen?

El tratamiento para la hipernatremia tiene como objetivo tratar lo que está causando el problema. Por ejemplo, eso puede significar:

- La interrupción o reducción **de cualquier medicamento** que esté causando hipernatremia
- Administrar medicamentos que pueden reducir la **pérdida de líquidos**: por ejemplo, esto puede ayudar para afecciones como la diabetes insípida
- Tratar la fiebre, que reduce la pérdida de agua causada por la sudoración
- Tratar la causa de la diarrea y los vómitos
- Detener la ingesta excesiva de sodio, y
- Aumentar la ingesta de agua cuando sea necesario.

Su médico también controlará sus niveles de sodio durante todo el tratamiento.

Si tiene una hipernatremia grave o que aparece de forma repentina, debe recibir tratamiento en el hospital.

Pero si tiene hipernatremia leve o que apareció durante un período prolongado (por ejemplo, debido a la deshidratación con el tiempo), es posible que pueda recibir tratamiento en casa.

Reemplazo de líquidos perdidos

Si alguien tiene deshidratación, es mejor tratarla simplemente bebiendo más líquido. Pero si alguien no puede hacer esto por cualquier motivo, es posible que necesite que se le administren líquidos por otro método, como:

Hipernatremia

- A través de una **sonda nasogástrica**. Se trata de una sonda de alimentación que se inserta en la nariz, que conduce hasta el estómago, o
- Directamente en una vena.

Tratamiento de la sobrecarga de sodio

Si alguien ha consumido o se le ha dado demasiado sodio de alguna forma, debe ser tratado de dos maneras. Estos son:

- Eliminar el exceso de sodio. Los medicamentos llamados diuréticos pueden ayudar con esto, y
- Reemplazar el agua que los diuréticos han ayudado a eliminar, ya sea bebiendo líquidos o mediante uno de los métodos descritos anteriormente.

Qué esperar en el futuro

Aproximadamente la mitad de las personas con hipernatremia no sobreviven. Pero este número no cuenta toda la historia. Es demasiado simple decir que la hipernatremia por sí sola causa la muerte de las personas.

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.

