La potomanía, un trastorno desconocido

El agua es el componente más abundante del cuerpo humano, y representa más de la mitad del peso corporal. Así, una persona que pesa 70 kilogramos tiene aproximadamente unos 40 litros de agua en el cuerpo. El agua, en el organismo, se encuentra distribuida en dos compartimentos: el agua intracelular y el agua extracelular. La primera representa del 50 al 60 por ciento (55% de promedio) del agua corporal total en el adulto sano. El agua extracelular es la parte acuosa de los líquidos extracelulares, el líquido intersticial y el plasma, y también forma parte de los sólidos extracelulares (dermis, colágeno, tendones, esqueleto, etc.). El agua extracelular ocupa alrededor del 20% del total, del cual, el 8% aproximadamente se encuentra por la sangre. El volumen de agua de la sangre, relativamente pequeño, resulta fundamental para el correcto funcionamiento del cuerpo y debe mantenerse constante.

La cantidad de agua que necesita el organismo está condicionada por la necesidad de que los líquidos corporales tengan el volumen y la concentración osmótica precisos para asegurar las funciones biológicas. El sudor, una alimentación muy salada, vómitos, diarreas o infecciones diversas acompañadas de fiebre, aumentan las necesidades normales de agua.

El equilibrio hídrico

El agua se absorbe en el organismo en distintos tramos del tubo digestivo por complejos mecanismos de absorción y los riñones se encargan de eliminarla como parte de la orina. Éstos órganos pueden excretar varios litros de orina diarios, o bien conservar el agua eliminando menos de medio litro cada día.

La concentración de agua presente en el organismo está ligada a la cantidad de electrólitos. Así, la concentración (el nivel) de sodio en la sangre es un buen indicador del volumen de agua que existe en el organismo. El cuerpo trata de mantener el nivel de agua total y, por tanto, una concentración constante de electrolitos, entre ellos el sodio. Cuando éste es elevado, el cuerpo retiene agua para diluir el exceso de sodio, aumentando la sensación de sed y produciendo menos orina. Por el contrario, cuando la concentración de sodio desciende demasiado, los riñones excretan más agua para restaurar el equilibrio.

La concentración de agua está equilibrada cuando se compensan las pérdidas diarias, y para ello, las personas sanas, con un funcionamiento normal de los riñones y que no transpiren excesivamente, es aconsejable que beban al menos un litro y medio de líquido cada día. De esta manera, se consigue mantener en equilibrio el volumen sanguíneo y la concentración de las sales minerales disueltas (electrólitos) en la sangre.

¿Qué es la potomanía?

El consumo excesivo de agua se denomina potomanía y puede ser síntoma de un desequilibrio psiquiátrico, ya que tiene aspectos en común con otros trastornos del control de los impulsos. Se trata de un trastorno relativamente desconocido, que consiste en un deseo frecuente de beber gran cantidad de líquido, de manera compulsiva y sin sentir en especial sed, y acompañado de una sensación placentera.

Cuando una persona es consciente de que bebe demasiada agua, alrededor de 7 o más litros, debería acudir al especialista en endocrinología con el fin de descartar cualquier trastorno hormonal u otra patología que afecte al área hipotalámica, lugar donde se

encuentra el centro que regula la sed.

Beber cantidades exageradas de agua u otros líquidos, generalmente no causa hiperhidratación, siempre que la hipófisis, los riñones y el corazón funcionen con normalidad, ya que el organismo elimina el exceso. No obstante, como consecuencia de episodios repetidos y mantenidos de potomanía, se puede alterar el buen funcionamiento de los riñones, la composición de la sangre y el equilibrio de fluidos y electrolitos dentro del organismo.

El exceso de líquidos puede ocasionar que los componentes de la sangre se diluyan, y se produzca un desbalance en la concentración de electrolitos. La hiponatremia es una consecuencia grave que puede aparecer en caso de potomanía, y consiste en que el organismo concentra una cantidad muy baja de sodio en la sangre (natremia es inferior a 120 mEq/l). La hiponatremia grave impide el funcionamiento normal del cerebro, los músculos, los órganos y el metabolismo. El resultado puede provocar nauseas, cefaleas, letargia, convulsiones y coma.

El tratamiento

El tratamiento de la potomanía depende de la causa de base. Aún y todo, con independencia de la causa, se debe restringir el consumo de líquidos, a un litro y medio diario. En ocasiones, los médicos prescriben un diurético para aumentar la excreción de agua por parte de los riñones, aumentando el aporte de sodio en poco líquido.