

# Fluidos y Control de Fluidos

Los riñones ayudan a controlar la cantidad de fluido que permanece en su cuerpo. Si la enfermedad renal avanza, los riñones pueden ser incapaces de regular la eliminación de fluidos del cuerpo, por lo que su médico podría indicarle que disminuya la cantidad de fluidos que ingiere. El exceso de fluido puede provocar hinchazón, dificultad para respirar o presión arterial alta.



## Notas

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Qué es exactamente un fluido? Los fluidos son cualquier alimento líquido o cualquier cosa que se derrite y se transforma en un líquido. Algunos ejemplos de fluidos incluyen los siguientes:

- Café
- Té
- Sodas
- Sopas
- Helados de agua
- Helados de crema, sorbetes
- Cubos de hielo
- Gelatina
- Leche, crema líquida
- Agua
- Vino y cerveza

# Fluidos y Control de Fluidos

Si su médico le aconseja que disminuya la cantidad de fluidos que consume todos los días, estos consejos pueden ayudarle.

- Beba sólo cuando tenga sed. No beba por costumbre o para socializar
- Consuma menos sal para que sienta menos sed
- Chupe hielo picado (Mídale en pequeñas unidades en una taza)
- Cepíllese los dientes tres o cuatro veces al día, para evitar que se le reseque la boca
- Chupe un trozo de limón
- Si tiene diabetes, controle su glicemia
- Mastique goma de mascar sin azúcar o chupe caramelos duros sin azúcar
- Tome sus medicamentos con sorbos de fluido
- Cuando salga a cenar, pida que le sirvan su bebida en un vaso para niños
- Mida la capacidad de líquido de su taza o vaso favorito, para que pueda controlar mejor la cantidad de líquido que bebe
- Después de medir la cantidad total de líquido que puede beber al día, ponga agua en un recipiente. Durante el día, beba sólo de ese recipiente, para que pueda mantener controlada la cantidad de líquido que ha consumido

## Notas

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

AL03022ASP 5/06

**Baxter**

**Baxter Healthcare Corporation**  
Renal Division  
1620 Waukegan Road  
McGaw Park, Illinois, 60085