

Efectos de la ingesta de sal sobre la excreción renal de agua

Este trabajo consta de dos partes que analizan la relación cuantitativa entre la ingesta de sal y el volumen urinario en seres humanos. La primera

parte incluyó 1.104 pacientes hipertensos no tratados. Tras cinco días de dieta con alto o bajo contenido de sal se observó que el volumen urinario medio fue de 2,2 l/día (excreción urinaria de sodio: 277 mEq/día) en aquellos que siguieron una dieta rica en sal frente a los 1,3 l/día (excreción urinaria de sodio de 20,8 mEq/día) ($p < 0,001$) de los que recibieron una dieta hiposódica. La reducción del volumen urinario se relacionaba de forma significativa con el descenso de la concentración urinaria de sodio. Una reducción de la ingesta de sal de 100 mmol/día se acompañaba de una reducción del volumen urinario de 367 ml/día. En la segunda parte se incluyeron 634 hipertensos no tratados manteniendo su aporte habitual de sal de la dieta. También se observó una reducción significativa entre el volumen urinario y la excreción de sodio. En este caso una reducción de la ingesta de sal de 100 mmol/día se acompañaba de una reducción del volumen urinario de 454 ml/día. Estos resultados destacan la importancia del efecto de la ingesta de sal sobre el volumen urinario. Este hecho lleva a recomendar en la población general una reducción de la ingesta de sal de 10 a 5 g/día y ésta puede aportar una reducción de la necesidad de ingesta de líquidos de 350/ml/día/persona.

*He FJ, Markandu ND, Sagnella GA, MacGregor GA.
Effect of salt intake on renal excretion of water
in humans. Hypertension 2001;38:317-20.*