



¿Qué es la hipercalemia (potasio alto)?

La hipercalemia o hiperpotasemia es un nivel de potasio en sangre más alto de lo normal. Para la mayoría de las personas, su nivel de potasio debe estar entre 3,5 y 5,0 milimoles por litro (mmol/L). La hiperpotasemia es un nivel de potasio superior a 5,5.

Los casos leves pueden no producir síntomas y pueden ser fáciles de tratar. Sin embargo, los casos severos que no reciben tratamiento pueden llevar a arritmias (ritmo cardíaco anormal) mortales.



¿Estoy en riesgo de tener hipercalemia?

Usted puede estar en riesgo de alto potasio debido a:

- Enfermedad renal crónica.
- Diabetes.
- Insuficiencia cardíaca congestiva.
- Tomar medicamentos que alteran el equilibrio de potasio como ciertos fármacos que se usan para tratar la insuficiencia cardíaca o presión baja, como diuréticos, betabloqueadores e inhibidores de la ECA

Otras causas menos comunes pueden ser:

- Lesión masiva que resulta en daño muscular.
- Quemaduras en grandes partes del cuerpo.
- Transfusiones sanguíneas de gran volumen.
- VIH y otras infecciones.
- Alcoholismo o uso de drogas severo que destruye las fibras musculares, liberando potasio.

En algunos casos, puede haber múltiples factores implicados o la causa nunca se identifica claramente.

¿Cómo afecta el potasio alto al cuerpo?

El potasio es necesario para que las células funcionen normalmente. El cuerpo obtiene el potasio a través de los alimentos.

Los riñones mantienen el contenido total de potasio del cuerpo al equilibrar la ingesta de potasio con la excreción de potasio. Si la ingesta de potasio supera la capacidad

de los riñones de eliminarlo, o si la función renal está afectada, puede darse la hipercalemia.

El potasio tiene un papel clave en el funcionamiento de las señales eléctricas de la capa muscular intermedia del corazón, conocida como miocardio. Demasiado potasio puede llevar a tener diferentes tipos de arritmias.

¿Cómo se diagnostica?

El potasio alto puede ser difícil de diagnosticar ya que muchas veces no hay síntomas. Cuando sí hay síntomas, estos pueden ser:

- Náusea.
- Pulso lento, débil o irregular.
- Desvanecimientos repentinos si el ritmo cardíaco se enlentece o detiene.
- Irritabilidad.
- Entumecimiento, usualmente en manos, brazos, piernas o pies.
- Debilidad muscular.
- Diarrea o calambres abdominales.

Otras formas de diagnóstico:

- Información clínica como historia previa de insuficiencia renal.
- Uso conocido de fármacos que pueden causar hipercalemia.
- Resultados de análisis de laboratorio, electrocardiogramas.

(continuado)



¿Puede prevenirse?

Los cambios en la dieta pueden ayudar a prevenir y tratar altos niveles de potasio. Hable con su médico para entender cualquier riesgo que pueda tener para la hiperpotasemia. Su médico puede recomendar alimentos que usted puede necesitar para limitar o evitar. Estos pueden incluir:

- Espárragos, aguacate, papas, tomates o salsa de tomate, calabaza de invierno, calabaza, espinaca cocinada.
- Naranjas y jugo de naranja, nectarina, kiwi, bananas, melón, melazo, ciruelas, uvas pasas u otros frutos deshidratados.

¿Cómo se trata el potasio alto?

Se puede necesitar tratamiento de emergencia si el nivel de potasio es muy alto o si hay cambios en un electrocardiograma. El tratamiento puede implicar administrar calcio vía intravenosa para tratar los músculos y el corazón, o administrar glucosa e insulina vía intravenosa para disminuir los niveles de potasio por el tiempo suficiente hasta que se consiga corregir la causa.

El tratamiento también puede incluir:

- Diálisis renal si la función de los riñones se está deteriorando.



- Medicación para eliminar el potasio de los intestinos antes de que se absorba.
- Diálisis renal si la función de los riñones se está deteriorando.
- Bicarbonato de sodio si la acidosis es la causa.
- Diuréticos.

Un médico también puede recomendarle evitar o disminuir la ingesta de suplementos de potasio y detener o cambiar la dosis de ciertos medicamentos para enfermedad cardíaca e hipertensión. Siempre siga las instrucciones de su proveedor de salud cuando tome o detenga los fármacos.

¿Dónde puedo obtener más información?

- 1 Llame al **1-800-AHA-USA1** (1-800-242-8721) o visite **heart.org** para aprender más sobre las enfermedades del corazón.
- 2 Suscríbase para recibir *Heart Insight*, una revista gratuita para pacientes cardíacos y sus familias en **heartinsight.org**.
- 3 Conéctese con otras personas que comparten vidas similares con enfermedad del corazón y ataque cerebral, uniéndose a la red de apoyo en **heart.org/supportnetwork**.

¿Tiene alguna pregunta para su médico o enfermero?

Tómese unos minutos y escriba sus propias preguntas para la próxima vez que consulte a su proveedor de atención de la salud:

¿Hay medicamentos que estoy tomando que pueden causar altos niveles de potasio?

¿Hay ciertos alimentos ricos en potasio que debo evitar consumir?

MIS PREGUNTAS:

Tenemos muchas otras hojas de datos para ayudarlo a tomar decisiones más saludables para reducir su riesgo, controlar su enfermedad o cuidar a un ser querido. Visite **heart.org/respuestasdelcorazon** para aprender más.



**American
Heart
Association®**

es por **la vida®**