

III JORNADA Fòrum d'Infermeres de Salut Mental de la AEESME/Illes Balears

Control de la Ingesta Hídrica en Pacientes con Potomanía en una Unidad de Hospitalización Breve de Psiquiatría

Hospital Universitario Son Espases
Autora: Adriana Heredero Álvarez

Asociación Española de Enfermería de Salud Mental

¿Qué es la potomanía?

También llamada **polidipsia psicogénica**: un **deseo irrefrenable de beber** grandes cantidades de líquido —sobre todo agua— **sin una necesidad fisiológica real**.

Es frecuente en pacientes con **trastorno mental grave**.

Riesgo: hiponatremia

- Cefalea
- Náuseas
- Alteraciones neurológicas
- Convulsiones
- Muerte

Enfermería es clave en la detección precoz, el control de la ingesta y la educación sanitaria.

Objetivos

GENERAL Controlar la ingesta hídrica de los pacientes con potomanía ingresados, para prevenir complicaciones.

1. Implantar un sistema unificado para identificar a los pacientes con potomanía.
2. Registrar a diario la ingesta hídrica real, reevaluada en cada turno.
3. Favorecer la adherencia a la restricción hídrica prescrita.

Metodología: protocolo en 3 pasos

1 · Identificar

Observación continuada del **equipo multidisciplinar**: antecedentes de potomanía, consumo excesivo durante el ingreso y **alteraciones analíticas**.

2 · Restringir el acceso

Sin acceso no supervisado a **grifos y duchas** de la habitación fuera del horario de higiene diaria.

3 · Registrar

Enfermería registra **en cada turno** en la agenda de cuidados de PowerChart:

«Monitorización de la ingesta hídrica»

La herramienta: el vale



¡Canjeable por 1 vaso!

1 vale
= 1 vaso de 4 oz
≈ 120 mL

5 vales
por turno
(mañana y tarde)

600 mL
en vales por turno

- No se acumulan ni se intercambian: se usan en su turno
- Se recogen en un cajetín con el nombre del paciente

Desarrollo: un día de hidratación

Mañana — 1.140 mL

- 5 vales 600 mL
- **09h** Desayuno 210 mL
- **11h** Media mañana 120 mL
- **13h** Comida 210 mL

Tarde — 930 mL

- 5 vales 600 mL
- **17h** Merienda 120 mL
- **20h** Cena 210 mL

Noche — 500 mL

- **23h** Resopón: botella para la noche 500 mL





Vaso de comidas: **7 oz (≈210 mL)**
Meriendas: **4 oz (≈120 mL)**

Balance por turno · reevaluación cada 24 h: el turno de noche anota en el evolutivo la consecución de objetivos.

Recomendado ≈ 2,5 L

Balance hídrico total
2.570 mL

Conclusiones

✓ Objetivo · ✓ Visual para el paciente · ✓ Fácil de implantar

Los vales son una herramienta sencilla pero eficaz: permiten registrar objetivamente el consumo de agua, refuerzan la continuidad asistencial entre turnos y reducen el riesgo de complicaciones derivadas de la potomanía.

Bibliografía

[1] Psicología y Mente. Potomanía: síntomas, causas y tratamiento [Internet]. [citado 2026 Oct 27]. Disponible en: https://psicologiaymente.com/clinica/potomania.
[2] European Food Safety Authority (EFSA). Tus necesidades nutricionales [Internet]. Parma: EFSA; [citado 2026 Oct 27]. Disponible en: https://www.efsa.europa.eu/es/safe2eat/your-nutrition-needs.