
Apr 01, 2018 | Escrito por Francisco Fagundez | 0

Foto: Referencial

Por si no lo sabías, el color de la orina proporciona mucha información acerca de tu salud, y vigilarlo te ayudará a detectar problemas y prevenirlos. En este artículo te mostramos distintos tonos que puede adoptar la micción y lo que significa cada uno de ellos, así que toma nota.

La orina nos permite eliminar las sustancias tóxicas del organismo, y también funciona como control electrolítico, control de la presión arterial y control del equilibrio ácido-base.

De media, expulsamos alrededor de 1,4 litros de orina al día, que se compone de un 95% de agua, un 2% de sales minerales y un 3% de urea y ácido úrico.

El color de la orina puede variar dependiendo de nuestro nivel de hidratación y de otros factores. Lo normal es que sea de un tono amarillo transparente o amarillo pálido, incluso completamente transparente si has bebido mucha agua, pero también puedes encontrar otros.

A continuación te indicamos los diversos colores que puedes detectar en tu orina y lo que significan, para que puedas consultar a tu médico en caso de que haya alguna anomalía.

- **Transparente:** es normal y significa que estás más que hidratado.
- **Amarillo pálido:** es normal y quiere decir que estás bien hidratado y sano.
- **Amarillo transparente:** este color también es normal.
- **Amarillo oscuro:** es normal, pero deberías beber un poco más de agua.
- **Ámbar/color miel:** indica que estás deshidratado, así que bebe agua.
- **Marrón:** puede ser un signo de enfermedad hepática o deshidratación grave. Bebe agua y haz una visita al médico si tu orina continúa de este color.
- **Naranja:** puede aparecer de este tono si has consumido colorante alimentario. Si no es así, este color indica deshidratación potencial, problemas con el hígado o con los conductos biliares. Haz una visita al médico.
- **Azul o verde:** es normal si has tomado colorante alimentario. De no ser así, puede ser un efecto de la medicación, un signo de infección bacteriana o una enfermedad genética rara. Consulta con tu médico si persiste.
- **Rosa o rojo:** es normal si has comido remolacha, arándanos o ruibarbo. Si no es así, acude al médico, ya que puede indicar infección o enfermedad renal.
- **Espumoso:** si tu orina es espumosa, puede ser indicativo de problemas renales o exceso de proteínas. Si la observas habitualmente, ponte en contacto con el médico.
- **Otros colores:** si encuentras tu orina de otros colores, puede ser efecto de colorantes alimentarios, medicamentos, laxantes o quimioterapia. Avisa al médico si no estás seguro a qué puede deberse.

Categoría:

- [Salud](#) [1]

Addthis:

Antetítulo: La clave está en el tono

Del día: No

Créditos: ComputerHoy

Titulares: No

Destacada: No

Source URL: <http://www.radiomundial.com.ve/article/descubre-qu%C3%A9-significa-el-color-de-tu-orina>

Links:

[1] <http://www.radiomundial.com.ve/categoria/Salud>