



Universidad
de Jaén



**Aumentar la hidratación corporal
y el nivel de sangre en el cuerpo
puede ayudar a las personas
con la tensión baja
a mejorar la salud del corazón.**

Un grupo de investigadores
de la Universidad de Jaén
ha realizado un estudio con personas
que tienen **hipotensión arterial crónica**
y han visto que en estas personas:

- El corazón late más lento.
- El corazón tiene menos fuerza.
- El corazón no puede empujar suficiente sangre.

Hidratación corporal

Es cuando el cuerpo
tiene los líquidos suficientes
para funcionar bien.

Hipotensión arterial crónica

Es un problema de salud
que sucede
cuando una persona
tiene la tensión baja
durante mucho tiempo
o muchas veces.



Universidad
de Jaén



La hipotensión arterial crónica

no se ha estudiado mucho.

Este problema de salud

afecta más a mujeres jóvenes.

Estas personas pueden tener estos **síntomas**:

- Mareos.
- Cansancio.
- Problemas de memoria.
- Problemas de concentración.
- Depresión.

Síntomas

Molestias

que una persona siente
y puede ser
una enfermedad.

Los investigadores de la Universidad de Jaén

estudiaron cómo funciona el corazón

en las personas con **hipotensión**

cuando las personas están en reposo

y cuando las personas

están haciendo tareas mentales.

Hipotensión

Tensión baja.



Universidad
de Jaén



Algunos de los resultados del estudio fueron:

- El corazón responde menos al **estrés**.
- El corazón tiene menos fuerza para empujar la sangre.
- Hay menos sangre que vuelve al corazón desde el cuerpo.

Estrés

Es un estado de preocupación por una situación difícil.

El corazón de las personas con hipotensión trabaja peor
y el cuerpo está menos activo.



Universidad
de Jaén



El **catedrático** Gustavo Reyes

propone 2 soluciones:

- Beber más agua.
- Mejorar la cantidad de sangre en el cuerpo.

Esto ayudaría a mejorar la salud del corazón
en personas con la tensión baja.

Catedrático

Es un profesor
o investigador
que tiene el puesto
más alto
en la Universidad.

Los científicos están creando
un aparato pequeño
que se pueda llevar encima.
Este aparato podrá medir
cuánta agua hay en el cuerpo.
Quieren usarlo en sitios como:

- Balnearios.
- Gimnasios.
- Centros de Bienestar.



El objetivo de este proyecto es adaptar mejor
los tratamientos a cada persona.



Este trabajo fue escrito
en la revista científica
Clinical Autonomic Research.

Este trabajo ha sido elaborado
por Gustavo Reyes
y por otros investigadores que fueron:

- Casandra Montoro.
- Dmitry M. Daydov.
- Stefan Duschek.



Universidad
de Jaén



**Enlace a la noticia
en el diario digital
de la Universidad de Jaén.**

<https://diariodigital.ujaen.es/investigacion-y-transferencia/el-aumento-de-la-hidratacion-corporal-y-de-las-reservas-de-sangre>



Créditos:

- Coordinación de divulgación científica inclusiva (Universidad de Jaén): Diego Ortega Alonso.
- Adaptación y validación de contenidos:



- Adaptación: Concepción Chico Pérez.
- Validación: AFAMP por la accesibilidad cognitiva.
- Persona de apoyo a la validación: José Antonio Simón Pérez.