EFECTOS DE LA HIDRATACIÓN EN LA ORINA

I.E.S. HUARTE DE SAN JUAN

Aitana Cortés Garrido
Juan Antonio Gea Illana

Mª del Carmen Olmo Rus
Manuel Lobelles García

CONCLUSIONES

En un cuerpo sano, en el que la única variable es el nivel de hidratación, el mejor indicador es el color de la orina que puede variar desde una transparencia absoluta hasta un color marrón intenso.
Por tanto, cuanto más oscura sea la orina mayor será la concentración de sustancias de desecho como la Urea.

INTRODUCCIÓN

El objetivo de este estudio es conocer la consecuencias de la hidratación en la orina y los riñones humanos.
Para ello, hemos realizado un experimento en el laboratorio donde comprobamos los diferente colores que adquiere la orina según su nivel de hidratación.

METODO

Con el rotulador permanente, etiqueta los vasos del 1 al 4.
Llena cada vaso con 60 ml de agua con ayuda de la probeta graduada.

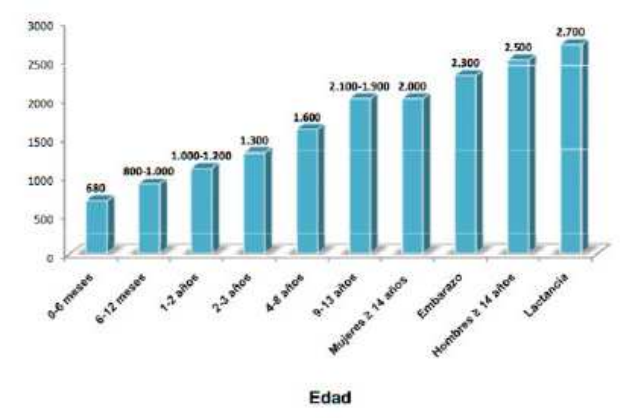
- En el vaso 1, utiliza un palillo para añadir una punta de colorante alimentario amarillo.
- En el vaso 2, utiliza un palillo para añadir dos puntas de colorante alimentario amarillo y después, utiliza un palillo limpio para remover el líquido del vaso.
- En el vaso 3, añade una gota entera de colorante alimentario amarillo y utiliza un palillo limpio para remover el líquido del vaso.
- En el vaso 4, añade una gota de colorante alimentario rojo, dos gotas de colorante amarillo y una de colorante verde y utiliza un palillo limpio para remover el líquido del vaso.

Compara las muestras de orina simulada de tu grupo con el cuadro de prueba de los niveles de hidratación y ordena las muestras conforme a cuatro niveles de hidratación: Nivel óptimo, de buena hidratación, de deshidratación y en el que es necesario buscar atención médica.

RESULTADOS

Con estas gráficas podemos comprobar los resultados obtenidos en los vasos. Donde vemos que cada uno de los colores de nuestra falsa orina corresponde a un nivel distinto de hidratación, y lo clasificamos según las pautas de 4 tarjetas.

INGESTA ADECUADA DE AGUA (ML/DÍA)



Bibliografía

https://www.alimente.elconfidencial.com/bienestar/2020-12-18/color-orina-que-significa-hidratacion-76_2304579/
-https://issuu.com/grupoanayasa/docs/aaplicada