

¿El agua del mar puede quitar la sed?



Los riñones son los filtros que separan las materias de deshecho de la sangre, que son almacenadas en forma de orina en la vejiga, dispuestas para su expulsión al exterior.

Aunque los riñones pueden realizar su trabajo sin que bebamos mucha agua, tienen la limitación de que son incapaces de producir orina con una concentración de sales superior al 2×100 . El agua marina contiene un 3×100 de sal, por lo que, si bebemos un litro, nuestros riñones necesitarán al menos un litro y medio de agua pura para diluir toda la sal. Para conseguirlo, se verán obligados a retirar medio litro extra de agua de nuestro cuerpo, con el consiguiente incremento de la deshidratación y de la sensación de sed. Esto explica por qué es preferible no beber nada a beber agua del mar y también el hecho de que muchas bebidas formadas principalmente por agua no quiten la sed.

Fuente: muyinteresante.