



VIII Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG
VI Salão de Extensão

<http://ojs.fsg.br/index.php/pesquisaextensao>

ISSN 2318-8014



AVALIAÇÃO DO STATUS DE DESIDRATAÇÃO EM IDOSOS DE UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA

Bianca Fornasier Cordova^a, Bruna Onsi^a, Caroline Castilhos^a, Nicole Stank^a, Ana Lucia Hoefel^{*a}

a) Curso de Nutrição do Centro Universitário da Serra Gaúcha FSG

*Ana Lucia Hoefel,
endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS -
CEP: 95020-472.

Palavras-chave:
Idoso. Desidratação. Centro de
convivência. Água.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: Considera-se idoso a faixa etária de 60 anos ou mais e é mostrado que a população mundial está envelhecendo devido ao aumento da longevidade, no Brasil dados mostram que em 2025 o país se tornará o sexto maior nesse tipo de população (VITOLLO, 2008). Para avaliar o estado nutricional de um idoso é necessária uma ampla visão, tendo em vista que depende de condições sociais, uso de medicamentos e patologias presentes. (MARCHINI; FERRIOLLI, 2014). É de amplo conhecimento que a água é essencial para a saúde humana e com o decorrer do avanço da idade, os idosos tem pouco hábito de ingerir a mesma, devido aos costumes e mudanças fisiológicas como a redução da sensação de sede, e com isso podendo gerar consequências como a cefaleia, constipação, confusão mental, alteração da cor ou débito urinário, entre outras. (MASSONETTO, M.C.M; BARBOSA, F.Z; BIGHETTI, A.P.A.S; FRANGELLA, 2013). Devido aos dados apresentados até então, o objetivo do presente trabalho é analisar a prevalência de desidratação em idosos de um centro de convivência na cidade de Caxias do Sul/RS. **MATERIAL E MÉTODOS:** Este trabalho foi realizado como parte da disciplina Nutrição no Adulto e Idoso. Participaram da atividade dinâmica 16 idosos, de 69 a 92 anos. Primeiramente o grupo foi colocado em círculo e após foi dialogado sobre a importância de tomar água, principalmente e no quanto ela pode interferir em processos vitais (constipação, infecção urinária e cefaleia). Logo após foi aplicado um questionário individualmente para cada idoso. As questões avaliadas eram idade, presença de turgor, peso, altura, circunferência da panturrilha, quantidade de copos de água ingerida por dia, presença de doença renal, uso de medicação diurética e, por fim, a apresentação de escala de cor da rina para avaliar desidratação. A avaliação da cor da urina foi feita utilizando-se a escala de um a oito pontos, proposta por Armstrong et al., (1994) e

publicada a cores. (ARMSTRONG, 2000). Para aferição do peso, foi utilizado uma balança digital de marca Tech Line®) com capacidade para 150 kg e precisão de 100 g. O idoso foi posicionada sob a balança com os pés juntos e braços estendidos ao longo do corpo, vestindo roupas leves e permanecendo imóvel até a aferição ser concluída. Para mensurar a altura foi utilizado uma fita métrica (marca Cescorf®) com capacidade de até 2 m. O idoso estava descalço e foi posicionado para aferição da altura, com a cabeça livre de adereços, de pé, ereto, com os braços estendidos ao lado do corpo, cabeça erguida, olhando para um ponto fixo na altura dos olhos. Utilizou-se o índice de massa corporal (IMC) P/A² cuja classificação é baixo peso IMC < 22 kg/m², Eutrofia IMC entre 22 e 27 kg/m² e excesso de peso IMC > 27 kg/m² (BRASIL, 2008). Por fim, foi ofertada água saborizada com morango, laranja, hortelã e menta, como uma opção para a ingestão de água.

RESULTADOS E DISCUSSÕES: Dos 16 idosos estudados, foram utilizados apenas 14 para determinar os resultados, devido a impossibilidade de realizar as medidas antropométricas em 2 participantes. Dentre os 14 idosos, 36% apresentaram IMC adequado, 21% estava abaixo do peso e 43% com excesso de peso. Em relação ao perímetro da panturrilha apenas uma das mulheres apresentou valor que indicava risco de desnutrição (< 33 cm). Na avaliação do turgor, 79% apresentaram diminuição do mesmo e 21% turgor adequado. Na escala de cor, a média ficou em 4 e a frequência de idas ao banheiro, a média foi de 6. O consumo de água da grande maioria foi menos que 1L ao dia. Apenas 21% apresentaram problemas renais e 27% tomam diurético. De acordo com as autoras em uma avaliação de uma instituição de longa permanência composta por 16 idosos, alegaram que 69% dos entrevistados relataram baixo consumo de água e 31% apresentaram adequada ingestão. (CRISPIM; SALOMON, 2019). No estudo de Klaus et al., (2015) foi apresentado uma mediana de ingestão de água em idosos de 700mL, tendo em vista que apenas 25,2% consomem 1500 – 2000 ml de água diariamente, considerado o ideal (BORGES et al., 2017). Como resultado de um estudo trabalho publicado na revista brasileira de enfermagem, em relação a avaliação da pele de idosos, a maioria (64,0%) apresentava pele com turgor (DE OLIVEIRA; TAVARES, 2014). Em comparação com presente estudo, os resultados de todos os autores apresentados anteriormente são compatíveis, como a baixa ingestão de água diariamente (<1L) e o maior número de idosos que apresentaram turgor na pele. **CONCLUSÃO:** Nota-se que a grande maioria dos idosos estudados não tomava a quantidade de água ideal por dia, mesmo aqueles que apresentaram problemas renais e que tomavam diurético. Salienta-se a existência de alguns vieses no estudo, como a quantidade de copos de água por dia, quantidade de idas ao banheiro e a avaliação do turgor, pois nos primeiros os idosos mostraram incerteza sobre as quantidades,

relatando não fazer a contagem ou não lembrar, e no último, por se tratar de um teste clínico, ele pode variar. É necessário que esses idosos tenham um apoio maior das pessoas com que convivem para que eles adequem a quantidade de água que se deve tomar por dia e tenham um acompanhamento apropriado para a sua faixa etária.

REFERÊNCIAS

ARMSTRONG, L.E. Performing in extreme environments. Champaign: Human Kinetics, 2000.

ARMSTRONG, et al., Urinary indices of hydration status. *International Journal of Sport Nutrition*, Schomdorf, v.4, p.265-79, 1994.

BORGES et al., A educação hídrica em um encontro com idosos. **IV Congresso internacional de envelhecimento humano**, 2017.

BRASIL, Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN na assistência à saúde. 2008

CRISPIM, A.; SALAMON, A. Hidratação e impactos na saúde do idoso: Avaliação em uma instituição de longa permanência. **UniCEUB**. 2019.

DE OLIVEIRA, P. B. EATRI.; TAVARES, D. M. DOS S. Health conditions of elderly residents in Long-stay Institution second basic human needs. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 67, n. 2, p. 241-246, 2014.

MARCHINI, J. S.; FERRIOLLI, E. **Nutrição no idoso**. n. June, 2014.

MASSONETTO et al., Hidratação em idosos institucionalizados: importância, processos e estratégias. **Journal of Chemical Information and Modeling**, v. 53, n 9, p 1689-1699, 2013.

VITOLLO, M. R. **Nutrição da Gestação ao Envelhecimento**. 1. ed. Editora Rubio, 2008.