

Trabalho apresentado no 21º CBCENF

Título: SAÚDE DO IDOSO: PREVENÇÃO DE DESIDRATAÇÃO EM UMA ESF NO MUNICÍPIO DE TUCURUI-PA

Relatoria: MARIA YASMIN DA SILVA MOIA

Grazieli Neves Melo

Thaiany Samily Braga dos Santos

Autores: Benedito do Carmo Gomes Cantão

Patrick Nery Igreja

Anderson Bentes de Lima

Modalidade: Pôster

Área: Políticas Públicas, Educação e Gestão

Tipo: Monografia

Resumo:

Introdução: A água é um nutriente essencial à vida e exerce diversas funções orgânicas, sendo o componente mais abundante do corpo humano, sua ausência seria letal dentro de dias, por isso sua ingestão diária torna-se fundamental para a saúde. Com o avançar da idade a porcentagem de água no organismo e a percepção de sede diminui, deixando os idosos mais suscetíveis à desidratação. Esta acontece pela ingestão insuficiente de água ou por aumento das perdas hídricas ou associação das duas. **Objetivos:** Analisar o risco de desidratação em idosos e averiguar o grau de hidratação diária, sinais de desidratação e medidas de prevenção utilizadas. **Metodologia:** Optou-se por uma abordagem quantitativa de caráter descritivo com 40 idosos usuários da ESF Santa Mônica, no município de Tucuruí-PA, com idade entre 60 à 80 anos, através de um questionário e características clínicas, que se encaixaram nos critérios de inclusão mediante assinatura do TCLE, seguindo os preceitos da resolução 466/2012. **Resultados:** A análise da avaliação dos hábitos de ingestão de bebidas e alimentos ricos em água, revelou que a maioria dos idosos tem um consumo adequado segundo recomendações. Com relação as características físicas, especialmente boca, axilas e pele seca e alteração e/ou diminuição na quantidade de urina, são sinais de um possível estado de desidratação nos idosos, observou-se que apenas a minoria dos participantes as apresentava. Notou-se também que mais da metade dos entrevistados tomam medicamentos diuréticos, o que também contribui para a desidratação. **Conclusão:** Portanto, os resultados mostram que os idosos participantes são bem orientados em relação a importância da ingestão de água e seguem as recomendações, mesmo diante desse resultado com uma pequena amostra da população sabe-se que é necessário a elaboração de programas de educação em saúde para enfatizar, principalmente para idosos e cuidadores, sobre o reconhecimento da importância da hidratação para uma vida saudável, e que sejam consideradas diante das recomendações não só o consumo da água, porém também o consumo de alimentos e bebidas ricos em água, assim como estratégias como formas de medidas preventivas para facilitar o acesso a água e consequentemente a ingestão desta.