

Proposta de intervenção sobre a importância da ingestão hídrica pelos idosos

Daniele Maria de Souza

Resumo

Idoso é aquela pessoa com idade igual ou maior que sessenta anos. O envelhecimento pode variar de indivíduo para indivíduo, sendo gradativo para uns e mais rápido para outros. Essas variações são dependentes de fatores como estilo de vida, condições socioeconômicas e doenças crônicas, e podem ou não começar a surgir algumas alterações fisiológicas e psicológicas, o que varia de acordo com cada indivíduo. Uma dessas alterações é a baixa adesão ao consumo de água, com o envelhecimento a produção de saliva é diminuída, assim os idosos começam a perder um pouco da palatabilidade. Assim, este trabalho é uma proposta de intervenção cujo objetivo é ressaltar a importância da ingestão hídrica pelos idosos em sua saúde e qualidade de vida. Desta forma foi elaborado um plano de intervenção para avaliar as causas do baixo consumo de água pelos idosos e, estimular a melhora da ingestão de água pelos mesmos e avaliar se ocorre o aumento de consumo de água pelos idosos, quando a mesma tem sabor. Após a revisão de literatura sobre as possíveis causas da diminuição hídrica nos idosos e consequências clínicas, foi elaborado o plano de intervenção para possibilitar uma ação positiva em relação a melhora da ingestão de água. O plano de intervenção é um primeiro passo que deverá ser aprimorado ao longo do tempo. Desta forma a equipe de enfermagem da Instituição de Longa Permanência poderá estabelecer novas rotinas de trabalho, visando a melhora na qualidade e preservação da saúde do idoso, bem como do trabalho da equipe.

Descritores: Idoso; Envelhecimento; Água; Alteração Fisiológicas.