



Trabalho 1331

ASPECTOS GERAIS SOBRE INGESTA HÍDRICA DIÁRIA DE ADOLESCENTES DE UM COLÉGIO FEDERAL DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

AUTORES: Danielle Müller da Silva, Roberto da Costa Ferreira, Fabricia de Aguiar Costa, Iracema Santos Lima, Kamille Rosa Cezareth Marinho, Maria Luiza de Oliveira Teixeira

A água garante a homeostase do organismo. Este nutriente é fundamental para a regulação da temperatura corporal, para o transporte de nutrientes e na eliminação de substâncias tóxicas ou não mais utilizadas pelo organismo. Além disso, a água participa dos processos digestivos, respiratório, cardiovascular e renal. Desta forma, uma ingestão hídrica diária adequada é necessária para garantir bom funcionamento fisiológico. **Objetivo:** O objetivo foi evidenciar dados sobre o padrão de ingestão hídrica dos adolescentes em um colégio Federal do Rio de Janeiro. **Metodologia:** O levantamento de dados foi realizado por intermédio da realização de uma anamnese clínica em adolescentes da rede Pública de ensino do estado do Rio de Janeiro. Os dados coletados foram submetidos à análise estatística. **Resultados:** Participaram da entrevista 239 adolescentes, de idades entre 12 e 19 anos. Destes, 47,40% possuíam ingestão hídrica diária inferior a 2 litros; 29,41% relataram ter uma ingestão hídrica diária superior a 2 litros; 22,84% costumavam beber 2 litros de água diariamente. Ao menos 2 litros de água devem ser consumidos diariamente para assegurar a homeostase do organismo. Uma ingestão hídrica inadequada evolui rapidamente para um quadro de desidratação ⁽¹⁾. Dentre as complicações do estado de desidratação destacam-se a fadiga excessiva, as deficiências renais e circulatórias, infecções urinárias, constipação e déficit cognitivo ⁽²⁾. **Considerações finais:** Os resultados deste estudo apontam que 47,40% dos adolescentes possuíam ingestão hídrica insatisfatória. A enfermagem pode desenvolver atividades de educação em saúde a fim de compartilhar com os adolescentes os saberes e práticas relacionadas à hidratação. **Descritores:** Enfermagem, Adolescentes, Hidratação. **Eixo:** II - Interfaces da Enfermagem com práticas profissionais e populares de cuidado em saúde. **Referências:** 1. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a população brasileira. Brasília : MS; 2005. 2. Instituto Nacional de Hidratação e Saúde. Importância da hidratação: efeitos da desidratação. Lisboa : IHS; 2008.

Credenciais dos autores:

Danielle Müller da Silva, acadêmica do 4º período do curso de graduação da Escola de Enfermagem Anna Nery – UFRJ. Email: danimds23@gmail.com

Roberto da Costa Ferreira, acadêmico do 4º período do curso de graduação da Escola de Enfermagem Anna Nery – UFRJ

Fabricia de Aguiar Costa, acadêmica do 4º período do curso de graduação da Escola de Enfermagem Anna Nery – UFRJ

Iracema Santos Lima, acadêmica do 4º período do curso de graduação da Escola de Enfermagem Anna Nery – UFRJ

Kamille Rosa Cezareth Marinho, acadêmica do 4º período do curso de graduação da Escola



65º CBEn
CONGRESSO BRASILEIRO DE ENFERMAGEM

07 A 10 DE OUTUBRO DE 2013
CENTRO DE CONVENÇÕES SULAMÉRICA
RIO DE JANEIRO/RJ 

A ENFERMAGEM E O CUIDADO COM A VIDA

Trabalho 1331

de Enfermagem Anna Nery – UFRJ

Maria Luiza de Oliveira Teixeira, Doutora em enfermagem. Professor Adjunto do Departamento de Enfermagem Fundamental da Escola de Enfermagem Anna Nery – UFRJ