

9º FÓRUM DE EXTENSÃO E CULTURA DA UEM

IMPORTÂNCIA DA BOA HIDRATAÇÃO COMO PREVENÇÃO DOENÇAS CRÔNICAS

Patrícia de Souza Bonfim de Mendonça⁴

Simone Callefi Hirata¹

Fernanda Coltro Bezaio⁵

Heloísa Kwabara dos Anjos²

Luciene Akimoto Günther³

De maneira geral as doenças de caráter crônico tem origem multifatorial. Dentre estes, o estilo de vida, dieta e hidratação, são importantes fatores que devem ser avaliados. A água é de maneira quantitativa o nutriente mais importante. Estudos evidenciam que a desidratação leve pode desempenhar um papel importante em várias morbidades. A nefrolitíase é caracterizada como uma patologia heterogênea, que tem uma taxa de recorrência elevada e uma tendência para a cronicidade. Ela pode originar principalmente de baixos volumes urinários, hipercalemiúria, hiperuricosúria, hiperoxalúria, hipocitraturia e hipomagnesiúria, e também de infecção urinária. A ingestão suficiente de líquidos é um dos mais importantes medidas preventivas para a recorrência de cálculos urinários, pois o desenvolvimento da litíase renal também está envolvida à uma seqüência de processos físicos complexos que envolvem a saturação urinária, agregação de cristais e conseqüente formação de pedras. Além de que, a desidratação grave pode reduzir o valor de pH e favorecer a cristalização de ácido úrico. Analisar a ingestão de líquidos, através do volume urinário como fator de risco para formação do cálculo renal. Medidas de urina de 24 horas foram realizadas em 300 pacientes, sendo 166 do sexo feminino e 134 do sexo masculino portadores de calculo renal. Estas medidas fizeram parte da avaliação metabólica realizada nestes pacientes. Este estudo mostrou que mais de 70% (74,3%) dos pacientes possuem ingestão de líquidos deficiente, pois apresentaram volume urinário abaixo de 2 litros/dia. Volume urinário abaixo de 1 litro/dia esteve presente em 30,3% (91) e 44% (132) dos pacientes com volume urinário entre 1litro/dia e 2 litros/dia. Apenas 25,7% dos pacientes apresentaram volume urinário/dia maior que 2 litros. Estudos mostram que excreção urinária abaixo de 2 litros/dia parece aumentar o risco de formação da calculose renal. Embora a maneira exata de como o cálculo se forma ainda seja desconhecida, vários eventos são importantes nesse processo. A saturação urinária parece ser um requisito importante para a formação de cálculo renal, e neste contexto a hidratação se mostra essencial para a prevenção deste fator de risco. Assim, além de medidas clínicas específicas, modificações nos hábitos de vida, como o aumento na ingestão de líquidos, seria uma recomendação prática para auxiliar na prevenção de recorrência da litíase renal.

¹ Acadêmica do Curso de Medicina. DMD-UEM;

² Farmacêutica Bioquímica- LEPAC-UEM;

³ Professora da disciplina de Bioquímica Clínica. DAB-UEM;

⁴ Doutoranda do Programa de Ciências da Saúde. CCS-UEM

⁵ Acadêmica do Curso de Farmácia. DAB-UEM

Palavras-chave: Litíase Renal. Hidratação

Área temática: Saúde.

Coordenador(a) do projeto: Luciene Setsuko Akimoto Gunther. lsakimoto@uem.br.
Departamento de Análises Clínicas e Biomedicina. Universidade Estadual de Maringá.