

ESTADO DE HIDRATAÇÃO DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Brasil ^(J1), Cardoso ^(F1), Oliveira, BMPM ^(2,3), Correia F ^(1,2,4)

RESUMO

INTRODUÇÃO: A avaliação do estado de hidratação é de extrema importância, não sendo consensual qual o melhor método de avaliação. O estado de hidratação está relacionado com diversas funções corporais e processos cognitivos. Devido à natureza e exigência da ocupação, os profissionais de saúde poderão ser um grupo em maior risco de hipohidratação com possíveis implicações nas tarefas diárias desenvolvidas.

OBJETIVOS: Caracterizar o estado de hidratação de profissionais de saúde pelos parâmetros urinários, valores de coceptina plasmática e analisar as fontes hídricas dos participantes.

METODOLOGIA: Realizou-se um estudo transversal observacional numa amostra de conveniência de 22 profissionais de saúde dos Serviços Farmacêuticos de um Hospital Central. Foram recolhidas amostras de urina de 24h, sendo registados o volume e osmolalidade (U24h osm) e calculada a reserva de água livre (RAL), e amostras de sangue, para avaliação da osmolalidade e da coceptina (produzida na proporção 1:1 com a hormona antidiurética). Um inquérito às 24h anteriores para avaliação da ingestão alimentar e cálculo do aporte hídrico total (água+alimentos+oxidação).

RESULTADOS: Verificou-se que 40,9% da amostra se encontra num estado de hipohidratação pelos parâmetros urinários (RAL<0 mL/dia e U24h osm>500 mOsm/kg). O grupo em hipohidratação pelos parâmetros urinários ingeriu em média menos água que o euhidratação (médias 2364 mL e 2837 mL, respetivamente; p=0,249). Relativamente à coceptina, constatou-se ainda que 68,2% da amostra está em sub- ou hipohidratação, porém sem relação significativa com o estado de hidratação pelos parâmetros urinários (p=0,149).

CONSIDERAÇÕES FINAIS: As classificações do estado de hidratação pelos parâmetros urinários e pela coceptina plasmática apresentavam discrepâncias na proporção de indivíduos hipohidratados.

(1) Centro Hospitalar e Universitário São João E.P.E., Porto, Portugal

(2) Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto, Portugal

(3) LIAAD-INESC TEC, Porto, Portugal

(4) Nephrology & Infectious Diseases R&D Group, INEB / i3S, Porto, Portugal