

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE**

**CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE**

**UNIDADE ACADÊMICA DE SAÚDE**

**CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

**LETTICIA EDUARDA BURITI DANTAS**

**AVALIAÇÃO DA INGESTÃO HÍDRICA DE IDOSOS  
PERTENCENTES A UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA NO  
MUNICÍPIO DE PICUÍ, PARAÍBA**

**CUITÉ - PB**

**2023**

LETTICIA EDUARDA BURITI DANTAS

**AVALIAÇÃO DA INGESTÃO HÍDRICA DE IDOSOS PERTENCENTES A UM  
CENTRO DE CONVIVÊNCIA NO MUNICÍPIO DE PICUÍ, PARAÍBA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Nutrição, com linha específica em Nutrição Clínica

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dra. Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo

Coorientador: Prof.<sup>a</sup> Me. Jaielison Yandro Pereira da Silva

Cuité - PB

2023

D192a Dantas, Letticia Eduarda Buriti.

Avaliação da ingestão hídrica de idosos pertencentes a um centro de convivência no município de Picuí, Paraíba. / Letticia Eduarda Buriti Dantas. - Cuité, 2023.  
46 f. : il. color.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, 2023.

"Orientação: Profa. Dra. Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo; Prof. Me. Jaielison Yandro Pereira da Silva".

Referências.

1. Envelhecimento. 2. Idosos - hidratação. 3. Ingestão hídrica. 4. Idosos - centro de convivência - Picuí-PB. 5. Saúde do idoso. 6. Idoso - hidratação - Picuí-PB. I. Melo, Marília Ferreira Frazão Tavares de. II. Silva, Jaielison Yandro Pereira da. III. Título.

CDU 616.98(043)

LETTICIA EDUARDA BURITI DANTAS

**AVALIAÇÃO DA INGESTÃO HÍDRICA DE IDOSOS PERTENCENTES A UM  
CENTRO DE CONVIVÊNCIA NO MUNICÍPIO DE PICUÍ, PARAÍBA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Nutrição, com linha específica em Nutrição Clínica

Aprovado em \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Dra. Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo  
Universidade Federal de Campina Grande  
Orientadora

---

Prof. Dra. Vanessa Bordin Vieira  
Universidade Federal de Campina Grande  
Examinadora

---

Prof. Me. Camila Valdejane Silva de Sousa  
Universidade Federal de Campina Grande  
Examinadora

Cuité - PB

2023

Dedico esse trabalho aos meus pais, a quem eu devo tudo que sou e me incentivou em cada etapa do meu curso, mostrando o quanto sou capaz e vibrando cada conquista comigo.

## AGRADECIMENTOS

Quero agradecer primeiramente a Deus, por ter me permitido chegar até aqui e ter me dado sabedoria, calma e por ter segurado minha mão e nunca ter me deixado fraquejar e abater nos momentos mais difíceis.

Quero agradecer também a minha família (Painho, mainha e Luminha) por todo incentivo, apoio, por ter vibrado comigo cada conquista e pelas palavras de conforto nos momentos que precisei, amo vocês-!

Agradecer a minha avó Eunice (Mãe) e minha tia Eliacy que sempre me apoiaram e incentivaram em tudo e em toda minha vida escolar, me ajudando a chegar até aqui, amo muito vocês!

Agradecer também a minha avó Salvelina, por todo incentivo durante o curso e por sempre torcer pelas minhas conquistas.

A minha tia Elisabete e minhas primas Brenda e Yasmim, por todo apoio e incentivo durante o tempo que morei em sua casa e até hoje, sempre acreditando no meu potencial e me dando palavras de incentivo, me fazendo acreditar que sou capaz de tudo aquilo que almejo.

A todos os meus familiares que torceram e torcem por mim e sempre vibram minhas conquistas-.

Ao meu namorado Mateus por toda compreensão e paciência, principalmente no final do curso, pelas suas palavras de apoio e por sempre acreditar no meu potencial dizendo que tudo daria certo

A Gabriela e Emanuele (Gabi e Manu), minhas amigas e irmãs que o curso me deu, obrigada por cada palavra de apoio, cada noite mal dormida para fazer trabalhos, pelos cafés da tarde cheios de risadas que faziam a vida acadêmica ficar mais leve, pelos abraços e beijos quando a família não podia estar presente, vocês foram mais que essenciais !

Ao meu Squad (Gabi, Manu, Átila e Valk) por todo companheirismo, risadas e desabafos durante todo esse tempo ! vocês foram incríveis !

A minha amiga Livia Daphinny por todo apoio e companheirismo, pelas noites em claro de estudo, pelas risadas e desabafos e por nunca ter me deixado sozinha em Cuité quando mais precisei, amo você.

Aos meus mestres que ensinaram com maestria tudo o que sei e aprendi e contribuindo para que eu seja uma excelente profissional.

A minha orientadora Marília e meu coorientador Jaielisson por toda paciência e dedicação para que esse trabalho fosse concluído e ficasse o melhor possível, sempre com muito incentivo e apoio .

E a todos que torceram por mim que eu não coloquei nomes, obrigada pelo incentivo e por vibrarem essa conquista junto comigo.

BURITI, L. E. **Avaliação da ingestão hídrica de idosos pertencentes a um centro de convivência no município de Picuí, Paraíba.** 2021. 47 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2021.

## RESUMO

A água é o elemento mais abundante existente no nosso corpo e realiza diversas funções vitais, a sua falta pode causar diversos danos ao organismo. Dentre eles a desidratação que é muito comum em idosos, devido alterações causadas na senescência que podem levar ao baixo consumo de água, como a diminuição da sensação de sede, prevalência de cárie dentária, periodontite e perda dentária, bem como, a diminuição na quantidade e qualidade da saliva, distúrbios na deglutição e diminuição das papilas gustativas, esse baixo consumo pode trazer diversas manifestações clínicas como pele e boca ressecadas, obstipação, cefaleia, entre outros. Sendo importante o estudo desse consumo para diminuição desses sintomas e melhoria da qualidade de vida desse público. O presente trabalho objetivou avaliar a ingestão hídrica de idosos pertencentes a um centro de convivência no município de Picuí, Paraíba. Para tanto, participaram da pesquisa 68 (sessenta e oito) idosos frequentadores do “Centro do Idoso Manoel Putêncio” de Picuí-PB, selecionados de forma aleatória. Para coleta dos dados foi utilizado um questionário adaptado onde foram avaliados os aspectos sociodemográficos, clínicos, fisiológicos e o hábito de ingestão de líquidos dos idosos entrevistados. O instrumento foi aplicado durante um período de 2 (dois) meses, no período de julho e agosto de 2023, no referido centro. A amostra foi composta em sua maioria pelo sexo feminino (86,8 %) e 13,2% do sexo masculino, ao se avaliar o estado nutricional observou-se que 17,6% apresentavam baixo peso e que tanto os idosos que estavam em eutrofia como os com excesso de peso apresentavam a mesma porcentagem (41,2%). A maioria (94,1%) referia ter esse hábito de ingerir líquidos, 67,7% consumiam de 1-2 litros de água por dia. Não foi encontrada nenhuma relação relevante, do estado nutricional e idade, houve associação negativa com o estado nutricional e relevância do sintoma de cansaço físico, mental e alterações em relação a quantidade de água consumida pelos idosos. Tendo em vista as consequências que a desidratação pode trazer para os idosos, faz-se necessário a realização de estudos mais específicos para buscar como melhorar esse consumo de água e palestras educativas com Folders para que eles obtenham um maior conhecimento sobre a importância da desidratação para assim diminuir os sintomas e melhorar a qualidade de vida desse público.

**Palavras-chaves:** hidratação; envelhecimento; saúde.



## ABSTRACT

Water is the most abundant element in our body and performs several vital functions. A lack of water can cause various damages to the body, including dehydration, which is very common in the elderly, due to changes caused by senescence that can lead to low water consumption. water, such as a decrease in the sensation of thirst, prevalence of tooth decay, periodontitis and tooth loss, as well as a decrease in the quantity and quality of saliva, swallowing disorders and a decrease in taste buds, this low consumption can bring about several clinical manifestations such as dry skin and mouth, constipation, headache, among others, and it is important to study this consumption to reduce these symptoms and improve the quality of life of this population. The present work aimed to evaluate the water intake of elderly people belonging to a community center in the municipality of Picuí, Paraíba. A sample of 68 (sixty-eight) elderly people attending the “Centro do Idoso Manoel Putêncio” in Pícuí-PB, selected randomly, was obtained. To collect the data, a questionnaire adapted from Araújo (2014) was used, where the aspects sociodemographic, clinical, physiological and fluid intake habits of the elderly people interviewed, the questionnaire was applied over a period of 2 (two) months, covering the months of July and August 2023 at the Centro do Idoso de Picuí – PB. The sample was mostly made up of females (86.8%) and 13.2% of males. When evaluating nutritional status, it was observed that 17.6% were underweight and that both elderly people who were in eutrophy and those with excess weight had the same percentage (41.2%), the majority (94.1%) reported having this habit of drinking liquids, 67.7% consumed 1-2 liters of water per day, not no relevant relationship was found between nutritional status and age, negative association with nutritional status and relevance of the symptom of physical and mental fatigue and changes in relation to the amount of water consumed by the elderly. Considering the consequences that dehydration can bring to the elderly, it is necessary to carry out more specific studies to seek how to improve this water consumption and educational lectures with Folders so that they obtain greater knowledge about the importance of dehydration for thus reducing symptoms and improving the quality of life of this public.

**Keywords:** Hydration; Aging; Health

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> – Localização do município de Picuí- PB.....	20
<b>Figura 2</b> – Etapas de realização do estudo .....	21

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1</b>	–	Classificação do IMC Idosos .....	22
<b>Tabela 2</b>	–	Características Sociodemográficas de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023 .....	25
<b>Tabela 3</b>	–	Estado Nutricional de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023.....	26
<b>Tabela 4</b>	–	Hábitos de Ingestão de bebidas e alimentos ricos em água de Idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023.....	26
<b>Tabela 5</b>	–	Média de Consumo de Líquidos em relação ao Estado Nutricional de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023. ....	27
<b>Tabela 6</b>	–	Média de Consumo de Líquidos em relação ao sexo de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023.....	28
<b>Tabela 7</b>	–	Características Físicas em relação a Média de Consumo de Líquidos de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023 .....	28
<b>Tabela 8</b>	–	Média de Consumo de Líquidos em relação a Idade de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023 .....	30

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

<b>CES</b>	Centro de Educação e Saúde
<b>UFCG</b>	Universidade Federal de Campina Grande
<b>IMC</b>	Índice de Massa Corporal
<b>TCLE</b>	Termo de Consentimento Livre Esclarecido
<b>CNS</b>	Conselho Nacional de Saúde
<b>DRI</b>	<i>Dietary Reference Intakes</i>
<b>PB</b>	Paraíba

## LISTA DE SÍMBOLOS

<b>L</b>	Litros
<b>L/ día</b>	Litros por día

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>15</b>
<b>2 OBJETIVO.....</b>	<b>17</b>
2.1 OBJETIVO GERAL.....	17
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	17
<b>3 REFERÊNCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>18</b>
3.1 ÁGUA COMO ELEMENTO CONSTITUINTE DO CORPO .....	18
3.2 ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS NA FASE IDOSA .....	19
3.3 IMPORTÂNCIA DO CONSUMO DE ÁGUA EM IDOSOS .....	19
3.4 SINAIS E SINTOMAS DA DESIDRATAÇÃO EM IDOSOS .....	20
<b>4 MATERIAIS E MÉTODOS.....</b>	<b>21</b>
4.1 TIPO DE ESTUDO .....	21
4.2 AMOSTRAGEM .....	21
4.3 LOCAL DE EXECUÇÃO .....	21
4.4 DELINEAMENTO DO ESTUDO.....	22
4.5 COLETA DE DADOS.....	22
4.6 ASPECTOS ÉTICOS.....	24
4.7 ANÁLISE DOS NÍVEIS DE ADEQUAÇÃO DO CONSUMO DE ÁGUA....	24
4.8 ANÁLISE DOS DADOS.....	24
<b>5 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>26</b>
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>32</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>33</b>
<b>APÊNDICE.....</b>	<b>35</b>
APÊNDICE 1 – Questionário adaptado.....	36
APÊNDICE 2 - Termo de consentimento livre esclarecido.....	38
APÊNDICE 3 - Termo de Autorização institucional.....	40
<b>ANEXO.....</b>	<b>41</b>
ANEXO A – Questionário original .....	42
ANEXO B - Aceitação do comitê de Ética.....	47

## 1 INTRODUÇÃO

A água é o componente mais abundante do corpo humano, constituindo cerca de 40 a 50% do peso corporal dos idosos e desempenha diversas funções vitais ao organismo, dentre elas a manutenção do volume plasmático, controle da temperatura corporal, transporte de nutrientes, além de ser um meio ideal para diversas reações bioquímicas, sendo a sua ingestão diária, em níveis adequados se torna tão essencial (Genaro; Gomes; Lenaga, 2015; Guimarães *et al.*, 2021).

A adequada ingestão hídrica se faz necessário em todas as fases da vida. No entanto, com o processo de envelhecimento esse cuidado deve ser redobrado, pois acontecem inúmeras alterações fisiológicas que podem levar ao baixo consumo de água, como a diminuição da sensação de sede, prevalência de cárie dentária, periodontite e perda dentária, bem como, a diminuição na quantidade e qualidade da saliva, distúrbios na deglutição, e diminuição das papilas gustativas, fatores que afetam não só a ingestão de água, como também, o consumo de alimentos ricos em líquidos (Guimarães *et al.*, 2021; Matos, 2019). Além de alterações fisiológicas, o isolamento social, dificuldades motoras, sensoriais e de comunicação, também são fatores de risco para desidratação (Souza *et al.*, 2022).

A desidratação na senescência é causada principalmente pelo excesso de perda de água e a sua baixa ingestão pode levar a um quadro de desidratação (Cantão *et al.*, 2020), que pode apresentar desde manifestações clínicas, como pele e boca seca, até quadros severos de confusão mental, urina escura, cefaleia, constipação, entre outras (Blanch, Júnior, Pazini, 2022). Essas alterações podem trazer agravos à saúde do idoso, como aumento do risco de infecções urinárias, insuficiência renal, hipertermia, obstipação, dores de cabeça, confusão e delírio (Souza *et al.*, 2022).

Estudo realizado por Crispim e colaboradores (2019) analisou a baixa ingestão de água e suas consequências para os idosos, apontando como principal causa o fato de não se hidratarem de forma adequada, o que pode ocasionar prejuízos para a saúde, reforçando a falta de informação como uma das causas da não sensibilização deles no consumo de água (Matos, 2019) e a importância de realizar estratégias para estimular a ingestão (Lima, 2020).

Logo, a análise do consumo de água e alimentos ricos em líquidos em idosos, pode fornecer dados importantes a serem utilizados como base para o cuidado em saúde desse público. Tendo em vista que por meio desse tipo de análise, é possível ser obtido um

panorama de consumo, e a partir disso, serem traçadas medidas orientadoras para reverter ou minimizar quadros de desidratação em idosos.

Portanto, o presente estudo se justifica pela necessidade de conhecer o perfil de consumo de água, observando se está sendo adequado ou não, tanto para educação alimentar dos idosos, quanto para orientar mudanças na conduta dos profissionais da saúde, conseguindo então manter uma linha de cuidado efetiva voltada para esse público.



## 2 OBJETIVOS

### 2.1 OBJETIVO GERAL

Avaliar a ingestão hídrica de idosos pertencentes a um centro de convivência no município de Picuí, Paraíba

### 2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Identificar características socioeconômicas do referido público;
- ✓ Verificar o estado nutricional e ingestão hídrica dos participantes da pesquisa;
- ✓ Observar a relação dos fatores sexo, idade e estado nutricional com o consumo de água.

### 3 REFERÊNCIAL TEÓRICO

#### 3.1 ÁGUA COMO ELEMENTO CONSTITUINTE DO CORPO

A água é o componente mais abundante no corpo humano e está presente em todas as células, tecidos e compartimentos do corpo, atuando como solvente de diversas micromoléculas (vitaminas, minerais e aminoácidos), como meio de transporte dos nutrientes e outras substâncias, além de ser necessária para todas as reações bioquímicas e garantir o transporte de nutrientes e a manutenção da temperatura corporal (Guimarães *et al.*, 2021) . O seu consumo é importante para saúde e bem-estar dos indivíduos independentes de sua idade (Dias, 2014).

Entretanto, algumas mudanças ocorridas na fase idosa fazem com que esse público se torne mais vulnerável a um estado de desidratação, o que leva a um maior risco de infecções urinárias, insuficiência renal, hipertermia, obstipação, dores de cabeça, confusão mental e delírio (Araújo, 2013). Tornando o consumo de água importante em todas as fases da vida, principalmente na terceira idade em que vai garantir melhorias na qualidade de vida e diminuição do aparecimento de doenças (Dias, 2014). Assim, se fazem necessárias estratégias para o aumento do consumo de água por essa população oferecendo frutas, e líquidos saborizados que facilitem o consumo (Lima, 2020).

Os idosos possuem diversas funções que prejudicam o seu consumo de água, havendo tanto aumento de perdas por patologias, como diminuição do consumo por perda de autonomia, dentre as alterações as que mais se destacam são as cardiovasculares (diminuição da resposta a diminuição do volume) renais (diminuição da taxa de filtração glomerular, da atividade da renina e da secreção de aldosterona), metabólicas, musculoesquelética (diminuição da mobilidade) , neurológicas (diminuição da capacidade cognitiva), bem como na saúde oral e na diminuição da capacidade imunológica. O conjunto dessas mudanças e a diminuição dos mecanismos compensatórios do corpo podem afetar o equilíbrio hídrico nessa fase da vida, levando a um quadro de desidratação que traz diversas consequências (Constant, 2010; Guimarães *et al.*, 2021; Munt; Wotton, 2010).

### 3.2 ALTERAÇÕES FISIOLÓGICAS NA FASE IDOSA

Dentre as alterações fisiológicas do envelhecimento com maior relevância, estão as alterações da função cardiovascular como a redução da frequência cardíaca e diminuição da resistência vascular. Gastrointestinais como a diminuição da eficiência da deglutição, diminuição da secreção de ácido clorídrico e pepsina e alteração na metabolização de Cálcio e vitamina D. Renal como a diminuição da taxa de filtração glomerular. Metabólica como o aumento dos níveis de insulina no sangue. Músculoesquelética com a perda de massa muscular e massa óssea. Neurológica como a redução no número de neurónios, redução na velocidade de condução nervosa, redução da intensidade dos reflexos, restrição das respostas motoras, alteração do poder de reações e da capacidade de coordenações. Perdas sensoriais como a redução da sensação de sede que ocorre com a diminuição da capacidade de concentração renal e diminuição da ingestão de água por sede influenciando na osmolaridade sérica. Alterações do estado de saúde oral como a perda dos dentes e a sensação de boca seca. Assim como, uma diminuição da capacidade imunológica aumentando a predisposição a doenças (Araújo, 2013; Campos, Monteiro, Ornelas, 2000).

### 3.3 IMPORTÂNCIA DO CONSUMO DE ÁGUA EM IDOSOS

Os idosos possuem uma menor quantidade de água corporal, tornando-se essencial a sua ingestão para prevenção da desidratação e outras complicações que possam afetar sua saúde (Crispim; Salomon, 2019). Além de garantir um bom funcionamento do organismo, manter o volume vascular, regular a temperatura corporal, eliminar toxinas do organismo, melhorar o peso e a consistência das fezes e lubrificar o intestino (Genaro; Gomes; Lenaga, 2015).

A hidratação feita com água pura se torna essencial pois o consumo de bebidas com excesso de açúcar ou sódio, álcool, taninos, cafeína e outros pode trazer risco de desidratação, além de levar a obesidade, hipertensão, doenças cardiovasculares, renais, diabetes, ou piora dessas patologias (Genaro; Gomes; Lenaga, 2015). A manutenção de um estado nutricional adequado também é de suma importância (Leite-Cavalcanti *et al.*, 2009), pois desnutrição tem relação de risco com a desidratação e mortalidade devido a ingestão diminuída de alimentos como também de líquidos (Lopes, 2014).

Portanto, se torna necessário que o nutricionista promova uma avaliação tanto no contexto físico, quanto no psicológico, social, econômico, pois são fatores que influenciam na

redução da ingestão hídrica, bem como estimular a ingestão adequada (Lima, 2020), através da utilização de estratégias como tornar os líquidos mais atraentes, a exemplo da água aromatizada, xícaras de cores mais atraentes e jarras com cores para lembrar de ingerir água (Marques Júnior, 2020).

### 3.4 SINAIS E SINTOMAS DA DESIDRATAÇÃO EM IDOSOS

Desidratação é definida como a “perda ou a diminuição do líquido corporal total”, cerca de 1 a 3% da água corporal total, e ocorre quando a ingestão de líquidos é menor do que a eliminação por eles do corpo (Carvalho, 2020). Existem diversos tipos de desidratação, a isotônica, que é a mais comum, sendo resultado de vômitos prolongados, diarreia, aspiração nasogástrica, hemorragias, diurese excessiva, febre, queimadura, obstrução intestinal, peritonites, cirrose e deficiência de circulação. Existe também a desidratação hipotônica, causada por diarreias, vômitos, perdas renais, má nutrição, reposição excessiva de líquidos com solução hipotônica e uso prolongado de diuréticos com pouca reposição de sal. Já a hipertônica é causada pela presença de febre, vômitos ou diarreia e incapacidade de repor água (Guimarães *et. al*, 2021).

Dentre os sinais e sintomas da desidratação destacam-se a pele, boca e axilas secas, diminuição na quantidade de urina e aumento da sua concentração, perda de peso, obstipação e diminuição das funções cognitivas (Araújo, 2013). Uma das formas para evitar a desidratação é através da reposição de água, esse aporte de água pode ser conseguido através da água pura, dos alimentos e da água produzida vida metabolismo oxidativo. Nas bebidas se incluem sucos, frutas, refrigerante, leite, chás e café e nos alimentos se inclui alimentos que tenham um elevado teor de água como sopa, frutas e legumes que possuem um maior teor (Benelam; Wynes, 2010; Panel; NDA, 2010). Valendo ressaltar a importância de uma alimentação adequada para ajudar no aporte hídrico.

## 4 MATERIAL E MÉTODOS

#### 4.1 TIPO DE ESTUDO

O presente trabalho tratou-se de uma pesquisa de campo quali-quantitativa de caráter descritivo. Este tipo de pesquisa visa procurar resposta para um determinado problema da sociedade através da coleta de dados, estabelecendo relação entre os dados estatísticos e as variáveis que serão registrados sem intervenção do autor (Prodanov; Freitas, 2013).

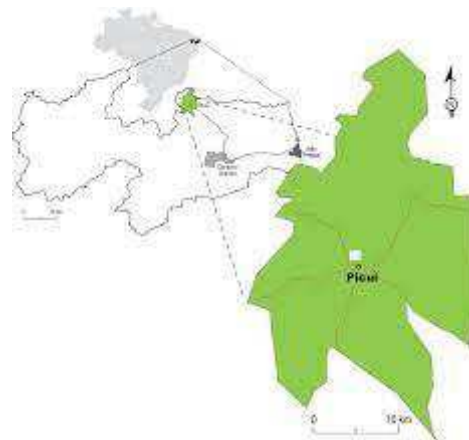
#### 4.2 AMOSTRAGEM

Foi obtida uma amostra de 68 (sessenta e oito) idosos frequentadores do “Centro do Idoso Manoel Putêncio” de Pícuí-PB, selecionados por conveniência de forma aleatória. Os critérios de inclusão utilizados foram: 1) Idosos com idade a partir de 60 anos, de ambos os gêneros; 2) Que estivessem devidamente cadastrados no Centro do Idoso 3) Que concordassem em participar voluntariamente da pesquisa. Portanto, foram excluídos os que não se encaixaram nos critérios citados.

#### 4.3 LOCAL DE EXECUÇÃO

A pesquisa foi realizada no Centro do Idoso Manoel Putêncio do município de Picuí, região do Curimataú e Seridó, Paraíba, Brasil (Figura 1).

**Figura 1-** Localização do município de Picuí- PB.

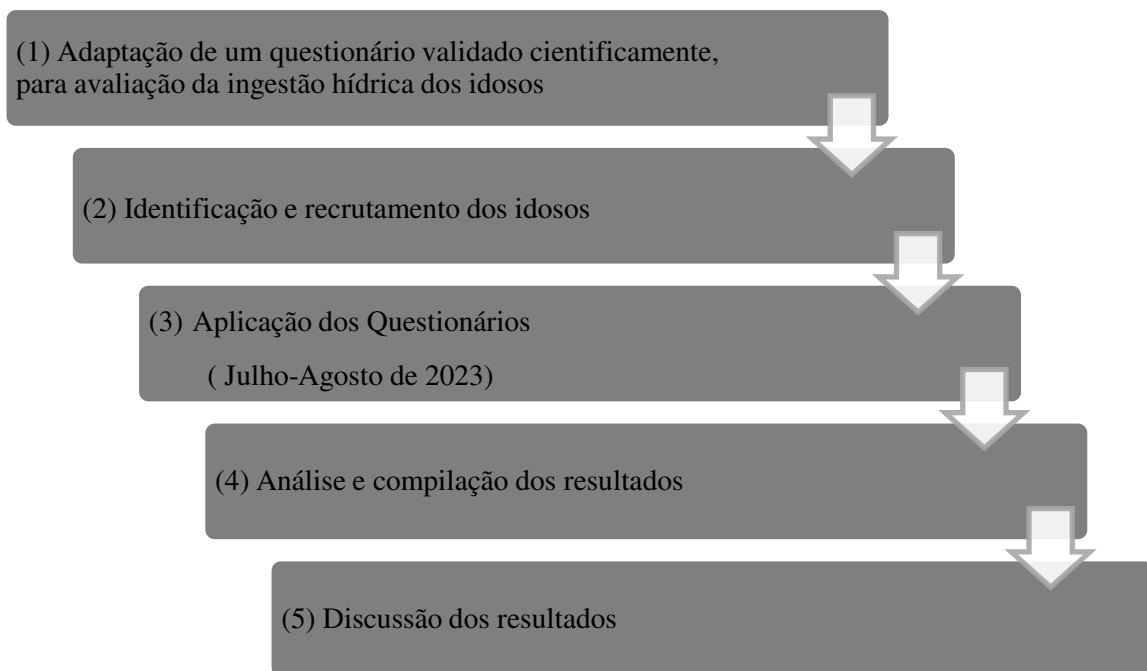


**Fonte:** Periódicos IFPB 2018

#### 4.4 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Para a realização do estudo foram seguidas 4 etapas que serão distribuídas da seguinte forma: (1) adaptação de um questionário para avaliar a ingestão hídrica dos idosos, (2) estratégias para identificação e recrutamento dos idosos, (3) aplicação dos questionários, (4) análise e compilação dos dados (Figura 2).

**Figura 2** – Etapas de realização do estudo



**Fonte:** Próprio autor (2022)

#### 4.5 COLETA DE DADOS

Para coleta dos dados foi utilizado um questionário adaptado de Araújo (2014) (Anexo A) onde foram avaliados os aspectos sociodemográficos, clínicos, fisiológicos e o hábito de ingestão de líquidos dos idosos entrevistados.

O questionário da análise hídrica foi dividido em 4 (quatro) blocos. No *primeiro bloco* foram avaliados os aspectos sóciodemográficos como idade, sexo, estado civil, com quem o idoso residia e o local de moradia. O *segundo bloco* avaliou aspectos clínicos como a existência de algumas doenças com repercussão na função renal, dentre elas, insuficiência renal, doenças cardiovasculares e gota. No *terceiro bloco* foi realizada a caracterização

fisiológica, sendo analisado a percepção de sede do idoso, sensação de boca seca, pele e axilas, alteração/diminuição da urina, percepção do odor e coloração intensos da urina, dificuldade de defecar, sensação de cansaço físico e mental e percepção de perda de peso acentuada. No *quarto bloco* foi analisado a ingestão de bebidas, avaliando a quantidade média de líquidos consumidos em 24h e se esses líquidos eram ingeridos durante as refeições.

Para que os idosos tivessem uma noção do volume ingerido, no momento da coleta o pesquisador levou diversos modelos e tamanhos de copos, xícaras e garrafas com diferentes volumes (quantidade de água em mililitros), a fim de permitir um registro mais fidedigno da quantidade consumida pelos participantes.

Além disso, foi aferido o peso com uma balança digital, e solicitado aos idosos que retirassem objetos e acessórios que pudessem interferir no valor fidedigno. A altura foi aferida através de uma fita métrica inelástica fixada na parede com fita adesiva e com auxílio de uma régua, foi orientado para que os idosos olhassem para frente e ficassem com os pés juntos e calcanhares encostados na parede, para assim obter os dados para cálculo do estado nutricional através do IMC, que foi classificado de acordo com Lipchitz (1994) (Tabela 1)

**Tabela1** - Classificação do IMC Idosos

<b>IMC (Kg/m<sup>2</sup>)</b>	<b>CLASSIFICAÇÃO</b>
<b>&lt; 22</b>	Magreza
<b>22 a 27</b>	Eutrofia
<b>&gt; 27</b>	Excesso de peso

Fonte: Lipschitz (1994).

O questionário foi aplicado durante um período de 2 (dois) meses, compreendendo o período de julho e agosto de 2023 no Centro do Idoso de Picuí–PB. Os idosos foram abordados no dia/turno pré-estabelecido de atividades do Centro, de acordo com anuência da direção. Inicialmente foi explicado a cada um sobre a importância da temática e os possíveis riscos. Após aceitarem participar, procedeu-se a assinatura do TCLE, e em seguida os idosos responderam os questionários sendo auxiliados no processo, pela pesquisadora do projeto, e devidos esclarecimentos em caso de dúvidas. Em seguida, foram coletados os pesos e alturas dos mesmos para cálculo da estimativa teórica de consumo de água de acordo com Gandy (2016).

#### 4.6 ASPECTOS ÉTICOS

A presente pesquisa atendeu as normas estabelecidas pela Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 466, de 12 de dezembro de 2012, que trata da pesquisa envolvendo seres humanos. O projeto foi enviado para apreciação pelo Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos, via Plataforma Brasil, onde foi aceito (CAAE: 67429723.9.0000.0154) para então iniciar a pesquisa (Anexo B).

Os idosos foram entrevistados de forma voluntária e caso concordassem em participar era apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice B) onde os mesmos tinham a explicação completa da natureza da pesquisa, os objetivos e métodos e autorizava a entrevista (Brasil, 2012). Para que a coleta pudesse ser realizada no local foi aplicado o Termo de Autorização institucional aos responsáveis pelo Centro (Apêndice C), onde o pesquisador se comprometeu em cumprir integralmente os itens da resolução 466/12 do CNS e de encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos autores na plataforma Brasil, assegurando sigilo às propriedades intelectuais e patentes industriais.

#### 4.7 ANÁLISE DOS NÍVEIS DE ADEQUAÇÃO DO CONSUMO DE ÁGUA

A análise do consumo hídrico foi obtida através da comparação do quanto de água é consumido com a recomendação utilizada (Gandy, 2016) onde estabelece 1,6 L/dia para idosos do gênero feminino e 2,0 L/dia para o gênero masculino, observando também os sintomas de desidratação.

#### 4.8 ANÁLISE DOS DADOS

Para análise dos dados foi feita a tabulação das amostras no programa Excel 2010 sendo posteriormente transferidos para o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SSPS) versão 2.0 considerando nível de significância de 5% ( $p < 0,05$ ). Foram aplicados testes de normalidade para determinação dos dados paramétricos e os dados foram expressos em porcentagens e médias.



## 5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A população avaliada compreendeu 68 idosos assistidos pelo “Centro do Idoso Manoel Putêncio”, representando 48,57% da população total de participantes (Tabela 2).

**Tabela 2** - Características Sociodemográficas de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023

VARIÁVEIS	N	%
<b>SEXO</b>		
Feminino	59	86,8%
Masculino	9	13,2%
<b>IDADE</b>		
60 -70 anos	36	52,9%
71 - 80 anos	25	36,8%
< 80 anos	7	10,3%
<b>COM QUEM VIVE</b>		
Família	47	69,1%
Sozinho	21	30,9%
<b>ONDE VIVE</b>		
Casa	68	100%

**Fonte:** Dados coletados em Picuí-PB, Brasil, 2023.

A amostra foi composta em sua maioria pelo sexo feminino (86,8 %) e 13,2% do sexo masculino, sendo esse pequeno percentual uma fragilidade para se obter melhores resultados em relação a diferenciação dos sexos; e com relação a faixa etária, 52,9% pertenciam a faixa de 60-70 anos, sendo considerado uma população idosa relativamente jovem, 36,8% possuíam de 71-80 anos e apenas 10,3% tinham idade < 80 anos. No que concerne onde o idoso vivia e com quem vivia, 100% vivia em casa, sendo 69,1 % com a família e 30,9% sozinho.

A maior presença do gênero feminino entre os idosos avaliados é corroborada pelo estudo de Mendonça; Melo; Coelho (2020), que também foi realizado em um “espaço de convivência”, no caso uma clínica escola integrada de saúde da Universidade Paulista (UNIP), com objetivo de avaliar o consumo hídrico e de outras bebidas entre a população idosa diabética e não diabética onde possuía uma predominância de 73% do sexo feminino e uma faixa etária com maioria de 60-69 anos.

A Tabela 3 sumariza os resultados do estado nutricional dos idosos, onde observou-se que 17,6% apresentavam baixo peso e que tanto os idosos que estavam em eutrofia como os com excesso de peso apresentavam a mesma porcentagem (41,2%). O somatório dos idosos

com baixo peso e excesso de peso representa um número importante, já que um percentual bem importante (58,8%) se encontra nutricionalmente inadequado.

**Tabela 3** - Estado Nutricional de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023.

VARIÁVEIS	N	%
<b>ESTADO NUTRICIONAL</b>		
Baixo Peso	12	17,6%
Eutrofia	28	41,2%
Excesso de Peso	28	41,2%

**Fonte:** Dados coletados em Picuí-PB, Brasil, 2023.

Apesar da diminuição da percepção do mecanismo de sede na fase idosa, que leva a diminuição do consumo de água (Genaro; Gomes; Lenaga, 2014), quando questionados sobre o hábito de ingerir líquidos durante o dia, a maioria (94,1%) referia ter esse hábito e apenas 5,9 % afirmava não ter, assim como em um estudo realizado por Cantão *et.al* (2020) em uma ESF (Estratégia de Saúde da Família) do município de Tucuruí no interior do Pará, com objetivo de verificar possíveis sinais de desidratação e avaliar hábitos de ingestão hídrica de idosos. Em relação ao período do dia em que consumiam os líquidos, a maioria referiu consumir fora das refeições (58,8%), 36,8% consumia tanto fora das refeições como nas refeições, e 4,4% dizia consumir apenas durante as refeições, indo de encontro com um estudo realizado com idosos de uma Vila Rural por Araújo (2013) onde a maioria dos idosos optaram pela ingestão de líquidos apenas nas refeições.

No que diz respeito a média do consumo de líquidos 67,7% consumiam de 1-2 litros, e 32,3% 2-3 litros de água por dia, mostrando que apesar do hábito de consumo de água, a quantidade ingerida é baixa, conforme representado na Tabela 4.

**Tabela 4-** Hábitos de Ingestão de bebidas e alimentos ricos em água de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023.

VARIÁVEIS	N	%
<b>INGESTÃO DE LÍQUIDO DURANTE O DIA</b>		
Sim	64	94,1%
Não	4	5,9%
<b>ALTURA DO DIA</b>		
Nas refeições	3	4,4%
Fora das refeições	40	58,8%
Ambos	25	36,8%
<b>MÉDIA DE CONSUMO DE LÍQUIDOS</b>		

1-2 Litros	46	67,7%
2-3 Litros	22	32,3%

**Fonte:** Dados coletados em Picuí-PB, Brasil, 2023.

Quando comparado a média de ingestão de líquidos, com o estado nutricional, foi observado que dos idosos que apresentavam baixo peso, 11 (onze) consumiam de 1-2 litros de água por dia correspondendo a 16,2% da amostra e apenas 1,5% (n=1) consumia de 2-3 litros. Dos que estavam em estado de eutrofia, sendo 27,9% do total entrevistado, consumiam de 1-2 litros sendo 27,9% do total e 13,2% consumiam 2-3 litros. Os que estavam em excesso de peso 23,5% consumiam de 1-2 litros e 17,7% consumiam 2-3 litros conforme indicado na Tabela 5, não sendo encontrada nenhuma relação relevante, do estado nutricional com o consumo de água, mostrando diferença com o estudo de Lima (2014) onde se observou uma associação negativa entre o estado nutricional e a inadequação do consumo de água, observando que idosos obesos possuíam mais chances de consumir água de forma adequada.

**Tabela 5-** Média de Consumo de Líquidos em relação ao Estado Nutricional de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023.

Média de Consumo de Líquidos	Classificação Estado Nutricional					
	Baixo Peso		Eutrofia		Excesso de Peso	
	N	%	N	%	N	%
<b>1-2 Litros</b>	11	16,2%	19	27,9%	16	23,5%
<b>2-3 Litros</b>	1	1,5%	9	13,2%	12	17,7%

**Fonte:** Dados coletados em Picuí-PB, Brasil, 2023.

Para comparar a ingestão hídrica recomendada (ideal), com o consumido pelos idosos, primeiramente foi analisado a média de consumo em relação ao sexo, onde foi obtido que dos idosos do sexo masculino, 10,3% (n=7) consumiam 1-2 litros de água e 2,9% (n=2) consumiam 2-3 litros, ao passo que dos idosos do sexo feminino, representando 57,4% (n=39) da amostra consumiam 1-2 litros de água e 29,4% (n= 20) consumiam 2-3 litros, observando então que de acordo com a recomendação usada (Gandy, 2016). Todos os idosos consumiam a quantidade ideal de água (conforme sumarizado na Tabela 4), porém, os idosos que consumiam de 1-2 litros de água apresentaram a maioria dos sintomas de desidratação

associados, podendo “supor” que os mesmos não estavam consumindo a quantidade ideal de água. Comparando estes achados com o estudo de Genaro; Gomes e Lenaga (2015), feito no município de Presidente Prudente em São Paulo, os idosos apesar de terem o hábito de ingerir mais água não alcançam a recomendação diária de acordo com a DRI, podendo estar vulnerável a quadros de desidratação.

**Tabela 6-** Média de Consumo de Líquidos em relação ao sexo de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023.

Média de Consumo de Líquidos	Masculino		Feminino	
	N	%	N	%
1-2 Litros	7	10,3%	39	57,4%
2-3 Litros	2	2,9%	20	29,4%

**Fonte:** Dados coletados em Picuí-PB, Brasil, 2023.

Ainda sobre a relação dos sintomas da desidratação com o consumo de água, quando se observa os idosos que consumiam 1-2 litros de água (n=46) que foram os que consumiram menos água, 42,6% (n=29) costumava ter sede, 25% (n=17) dizia não ter, ao questionar sobre sentir a boca seca 38,2% (n=26) dizia sentir e 29,4% (n=20) dizia não sentir, quanto a sentir as axilas secas 11,8 % (n=8) dizia sentir e 55,9% (n=38) não sentir, em relação a pele seca, 39,7% (n=27) dizia apresentar o sintoma e 27,9% (n=19) dizia não apresentar, não sendo observado relação com esses sintomas, apenas com o sintoma de cansaço físico, mental e alterações como perda de memória, atenção, concentração e dores de cabeça. Assim como no estudo de Araújo (2013), onde se observou dado similar em relação aos sintomas de desidratação e a média de consumo de líquidos, mostrando mais uma vez que os idosos não consumiam a quantidade adequada de água podendo ser observado na Tabela 7.

**Tabela 7 -** Características Físicas em relação a Média de Consumo de Líquidos de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023

VARIÁVEIS	Média de Consumo de Líquidos	
	1-2 Litros	2-3 Litros

	N	%	N	%	<i>p-valor*</i>
<b>COSTUMA TER SEDE</b>					
Sim	29	42,6%	15	22,1%	0,678
Não	17	25%	7	10,3%	
<b>BOCA SECA</b>					
Sim	26	38,2%	13	19,1%	0,841
Não	20	29,4%	9	13,3%	
<b>AXILAS SECAS</b>					
Sim	8	11,8%	1	1,5%	0,144
Não	38	55,9%	21	30,8%	
<b>PELE SECA</b>					
Sim	27	39,7%	14	20,6%	0,697
Não	19	27,9%	8	11,8%	
<b>DEFECAR/POUCAS VEZES AO BANHEIRO</b>					
Sim	6	8,8%	1	1,5%	0,281
Não	40	58,8%	21	30,9%	
<b>CANSAÇO FÍSICO, MENTAL, ALTERAÇÕES (?)</b>					
Sim	26	38,2%	6	8,8%	0,024*
Não	20	29,4%	16	23,5%	

Fonte: Dados coletados em Picuí-PB, Brasil, 2023.

\*Teste qui-quadrado  $p$ -valor < 0,05

Ao observar a relação do consumo de líquidos e comparada com a idade foi obtido que, da faixa etária de 60-70 anos, 35,3% (n=24) consumiam a média de 1-2 litros de água e 17,6% (n=12) consumia de 2-3 litros, enquanto da faixa de 71-80 anos, 26,5% (n=18)

consumiam de 1-2 litros e 10,3% (n=7) consumia de 2-3 litros e na faixa de < 80 anos 5,9% (n=4) consumiam de 1-2 litros e 4,4% (n=3) consumia de 2-3 litros, não sendo observada relevância na relação da idade com o consumo de líquidos no teste qui-quadrado como observado na Tabela 8, diferente de um estudo realizado por Matos (2019) com dados de idosos portugueses da comunidade do projeto PEN-3S da Faculdade de Medicina de Lisboa, com o objetivo de caracterizar o aporte hídrico dos idosos portugueses através do consumo de bebidas, que observou um dado interessante onde os idosos de maior idade tiveram maior cuidado com a ingestão de líquidos, indo de encontro com o fato de que com o avançar da idade há a diminuição da sensibilidade do centro de sede e conseqüentemente diminuição do consumo de líquidos.

**Tabela 8** - Média de Consumo de Líquidos em relação a Idade de idosos atendidos em um Centro de Convivência no município de Picuí - PB, 2023

Média de Consumo de Líquidos	60-70 anos		71-80 anos		< 80 anos	
	N	%	N	%	N	%
<b>1-2 Litros</b>	24	35,3%	18	26,5%	4	5,9%
<b>2-3 Litros</b>	12	17,6%	7	10,3%	3	4,4%

**Fonte:** Dados coletados em Picuí-PB, Brasil, 2023.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir dos resultados obtidos, pode-se concluir que uma boa parcela dos idosos avaliados possuem o hábito de beber água em quantidades dentro do recomendado, no entanto, apresentam sintomas a desidratação, sendo o cansaço físico, mental e alterações como perda de memória, atenção, concentração e dores de cabeça.

Tendo em vista as consequências da desidratação para os idosos e a importância do profissional nutricionista para melhora desse quadro clínico, faz-se necessário o reforço da relevância que a boa hidratação tem nessa fase da vida, com palestras esclarecedoras e entregas de materiais didáticos, bem como, traçar estratégias para melhora desses obstáculos proporcionando assim, uma melhor qualidade de vida e diminuição dos sintomas da desidratação que é tão comum nessa fase da vida.

## REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, M. L. A. **A desidratção no idoso**. 2013. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas) – Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução CNS nº 466/2012. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 12 dez. 2012
- CANTÃO, B. do C. G. *et al.* Avaliando a desidratção em idosos de uma estratégia de saúde da família. **Saúde Coletiva**, v. 10, n. 59, p. 4338-4351, 2020.
- CAMPOS, Maria Teresa Fialho de Sousa; MONTEIRO, Josefina Bressan Resende; ORNELAS, Ana Paula Rodrigues de Castro. Fatores que afetam o consumo alimentar e a nutrição do idoso. **Revista de Nutrição**, v. 13, p. 157-165, 2000.
- CRISPIM, A. de A. **Hidratação e impactos na saúde do idoso: avaliação em uma instituição de longa permanência**. 2019. Dissertação (Mestrado em ciências da educação e saúde curso de nutrição)- Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2019.
- LIMA, V. S. **Hidratação e fatores associados em idosos do município de São Paulo - Estudo SABE: Saúde, Bem-estar e Envelhecimento**. 2020. Tese de doutorado (Doutorado em Saúde Pública Curso de Nutrição) - Universidade de São Paulo, 2020.
- DIAS, T. D. P. **Hidratação em idosos: projeto “água viva!”**. 2014. (Tese de Doutorado em educação para saúde)- Escola Superior de Tecnologias da Saúde de Coimbra, Coimbra, 2014.
- GANDY, J. *et al.* Recording of fluid, beverage and water intakes at the population level in Europe. **British Journal of Nutrition**, v. 116, n. 4, p. 677-682, 2016
- GENARO, S.; GOMES, F. H. M.; IENAGA, K. K. Análise do consumo de água em uma população de idosos. **Colloquium Vitae**, v. 7, n. 2, p. 01-12, 2015
- GONÇALVES, T. J. M. *et al.* Diretriz BRASPEN de terapia nutricional no envelhecimento. **Braspen Journal**, v. 34, n. 3, p. 1-68, 2019.
- GUIMARÃES, B. P. *et al.* O consumo de água em idosos: uma revisão. **Vita et Sanitas**, v. 15, n. 2, p. 53-69, 2021.
- JÉQUIER, E.; CONSTANTE, F. A água como nutriente essencial: a base fisiológica da hidratação. **Jornal Europeu de Nutrição Clínica**, v. 64, n. 2, p. 115-123, 2010.
- LEITE-CAVALCANTI, C. *et al.* Prevalência de doenças crônicas e estado nutricional em um grupo de idosos brasileiros. **Revista de Salud Pública**, v. 11, p. 865-877, 2009.
- LIPSCHITZ, David. Triagem do estado nutricional em idosos. **Atenção Básica: Clínica em Consultório**, v. 21, Elsevier, 2023.



MARQUE JÚNIOR S. *et al.* **Desidratação em idosos: uma revisão narrativa.** 2019. Dissertação (Mestrado em Biomedicina) -Escola de Ciências Médicas, Farmacêuticas e Biomédicas) - Universidade Católica de Goiás, Goiás, 2019.

MATOS, A. I. de A. **Caracterização do aporte hídrico em idosos portugueses da comunidade:** análise de dados do Projeto PEN-3S. 2019. Tese (Doutorado em medicina) - Universidade de Lisboa, Portugal, 2019.

MENDONÇA, N. L. *et al* **Ingestão hídrica e de bebidas em idosos diabéticos e não diabéticos atendidos em uma clínica escola de saúde em são paulo.** Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, São Paulo,2020.

PRODANOV, C. C.; PRODANOV, C. C. **Metodologia do trabalho científico:** métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

SOUZA, C. C. de *et al.* Prevalência de ingestão hídrica e fatores associados entre idosos não institucionalizados do Sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, p. 1903-1914, 2023.

WOTTON, Karen; CRANNITCH, Karina; MUNT, Rebeca. Prevalência, fatores de risco e estratégias para prevenir a desidratação em idosos. **Enfermeira contemporânea** , v. 31, n. 1, pág. 44-56, 2008.

## APÊNDICE

## APÊNDICE 1– Questionário adaptado

**Caracterização Socio-Demográfica**

1. Idade\_\_

2. Sexo F\_\_ M \_\_

4. Com quem vive?

Família \_\_ Sozinho \_\_ Lar \_\_

5. Onde vive?

Casa \_\_ Lar \_\_ Centro de dia \_\_

6. Peso \_\_ Kg

7. Estatura \_\_ m

**Caracterização Clínica:**

2. Sofre de:

Gota SIM\_\_ NÃO\_\_

Insuficiência renal SIM\_\_ NÃO\_\_

Cálculos renais SIM\_\_ NÃO\_\_

Doença cardiovascular SIM\_\_ NÃO\_\_

Outros \_\_\_\_\_

3. Toma algum medicamento diurético?

SIM\_\_ NÃO\_\_

Se sim, qual? \_\_\_\_\_

**Caracterização Física**

1. Costuma ter sede?

SIM\_\_ NÃO\_\_

2. Costuma sentir a boca seca (mucosa e língua)?

SIM\_\_ NÃO\_\_

3. Costuma sentir as axilas secas? SIM\_\_ NÃO\_\_

4. Nota a sua pele seca?

SIM\_\_ NÃO\_\_

5 Sente dificuldade de defecar ?/ vai poucas vezes ao banheiro ?

6. Nota alteração/diminuição na quantidade de urina diária?

SIM\_\_ NÃO\_\_

7. Nota odor mais intenso da urina?

SIM\_\_ NÃO\_\_

8. Nota alguma alteração de cor da urina?

SIM\_\_ NÃO\_\_

10. Costuma sentir cansaço físico e/ou mental, alguma perda da capacidade de atenção, de concentração e memória ou dores de cabeça?

SIM\_\_ NÃO\_\_

11. Tem verificado perda acentuada de peso?

SIM\_\_ NÃO\_\_

### **Avaliação dos hábitos de ingestão de bebidas e alimentos ricos em água**

1. Tem por hábito ingerir líquidos durante o dia?

SIM \_\_ NÃO \_\_

Se sim, em que altura do dia?

Às refeições\_\_ Fora das refeições\_\_

4. Em média, qual a quantidade de líquidos que consome diariamente?

( ) Menos de 1Litros/dia

( ) 1-2Litros/dia

( ) 2-3 Litros/dia

( ) Mais de 3 Litros/dia

(Adaptado de Araújo(2014))

## APÊNDICE 2 – Termo de consentimento livre esclarecido



UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DO CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE



**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)**

**AValiação DA INGESTÃO DE ÁGUA EM IDOSOS DE UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE PICUI, PARAÍBA**

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado, desenvolvido sob responsabilidade de Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo. O presente documento contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você.

Eu, \_\_\_\_\_

nascido(a) em \_\_\_\_\_, abaixo assinado(a), concordo de livre e espontânea vontade em participar como voluntário(a) do estudo **"AValiação DA INGESTÃO DE ÁGUA EM IDOSOS DE UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE PICUI,**

**PARAÍBA"**. Declaro que obtive todas as informações necessárias, bem como todos os eventuais esclarecimentos quanto às dúvidas por mim apresentadas.

Estou ciente que:

- I) O projeto tem como objetivo principal Avaliar a ingestão de água de idosos em Unidades Básicas de Saúde da zona urbana do município de Picuí, Paraíba ;
- II) Os dados da pesquisa serão obtidos a partir de um questionário que vai avaliar meus aspectos sociodemográficos, clínicos, físicos e meus hábitos de ingestão de bebidas e alimentos ricos em água e após isso serão colhidos alguns dados antropométricos meus ;
- III) A presente pesquisa poderá me trazer alguns desconfortos no ato do preenchimento dos em relação a estar acima do peso ou ser pesado por alguém estranho, bem como em responder algumas perguntas do questionário como "colomação da urina, "dor ao urinar" e que tem dificuldade para ir ao banheiro", tais desconfortos serão minimizados pois a coleta das informações será realizada em lugar reservado, onde me será explicado antecipadamente (de forma oral e no termo de consentimento livre e esclarecido), que poderei optar não responder e em caso de dúvidas o pesquisador irá me ajudar na leitura do questionário. Fui orientado sobre os procedimentos na aplicação de questionários, sendo respeitada a minha dignidade, privacidade e autonomia, assegurando minha vontade de contribuir e permanecer na pesquisa ou abandoná-la a qualquer momento. Serão fornecidos também os contatos do pesquisador responsável dos questionários e da coleta dos dados antropométricos. Caso se sinta incomodado



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA DO CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE**



para qualquer esclarecimento de dúvidas, em qualquer momento da pesquisa, possibilitando assim, o meu máximo bem-estar.

- IV) Terei a liberdade de desistir ou interromper a colaboração na pesquisa quando eu desejar, sem precisar dar explicações ou sofrer penalização;
- V) É garantido a manutenção do sigilo e da minha privacidade, como de todos os participantes, durante todas as fases da pesquisa
- VI) Os resultados da pesquisas serão mantidos em sigilo, exceto para fins de divulgação científica;

Atestado de interesse pelo conhecimento dos resultados da pesquisa. ( )

Desejo conhecer os resultados desta pesquisa

( ) Não desejo conhecer os resultados desta pesquisa.

- VII) Me é garantido o recebimento de uma via do termo de consentimento livre e esclarecido com todas as páginas rubricadas e assinatura do pesquisador responsável na última página ;
- VIII) Não terei despesas advindas da participação da pesquisa ;
- IX) Serei indenizado(a) diante de eventuais danos que possam ocorrer na participação da pesquisa;
- X) Caso me sinta prejudicado(a) por participar desta pesquisa, poderei recorrer ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, localizado na Rua Prof. Maria Anita Furtado Coelho, S/N, Sítio Olho D'Água da Bica, Bloco: Central de Laboratórios de Análises Clínicas (LAC), 1º andar, Sala 16. CEP: 58175 -400, Cuité-PB, Tel: 3372 - 1835, E-mail: cep.ces.ufcg@gmail.com;
- XI) Poderei também contactar o pesquisador assistente, por meio de endereço, e-mail e Telefone (Endereço: Rua Ferreira de Macêdo, 25, centro, Picuí-PB; Email: leticiaeduarda16@hotmail.com; telefone: (83) 99985-0014)

Picuí-PB, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2023

\_\_\_\_\_  
( ) Participante da pesquisa / ( ) Responsável

Documento assinado eletronicamente  
MARIJA FERREIRA FRAZÃO TAVARES DE M  
Data: 23/05/2023 16:16:50-0900  
Verifique em: https://validar.br.gov.br

\_\_\_\_\_  
**Pesquisador Responsável pelo Projeto**

## APÊNDICE 3 – Termo de Autorização institucional



## TERMO DE ANUÊNCIA INSTITUCIONAL

Eu Marcos Antônio Santos da Silva, Coordenador do Centro do Idoso Manoel Putêncio do município de Picuí-PB declaro que estou ciente da intenção da realização da pesquisa intitulada "AVALIAÇÃO DA INGESTÃO HÍDRICA DE IDOSOS PERTENCENTES A UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA NO MUNICÍPIO DE PICUÍ, PARAÍBA", desenvolvida pela aluna Letícia Eduarda Buriti Dantas, sob autorização da professora Dra. Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo, do curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Campina Grande(UFCG) – *campus Cuité*, dando-lhe consentimento para realizar a pesquisa neste município. Declaro também que não recebi qualquer pagamento por esta autenticação, bem como os participantes também não receberão qualquer tipo de pagamento.

Picuí – PB, 08 de AGOSTO de 2023

Marcos Antônio Santos da Silva, Coordenador do Centro do Idoso Manoel Putêncio  
Secretaria de assistência social do município de Picuí -PB



**ANEXO**

## ANEXO A – Questionário original

## Grupo I – Caracterização Socio-Demográfica

1. Idade\_\_

2. Sexo F\_\_ M \_\_

3. Estado civil Solteiro\_\_ Casado\_\_ Divorciado\_\_ Viúvo\_\_

4. Com quem vive?

Família \_\_ Sozinho \_\_\_\_ Lar \_\_

5. Onde vive?

Casa \_\_ Lar \_\_ Centro de dia \_\_

6. Peso \_\_ Kg

7. Estatura \_\_ m

## Grupo II- Caracterização Clínica:

1. Avaliação:

Glicose (jejum) \_\_\_\_ mg/dL

Pressão arterial \_\_\_\_ \_\_\_\_ mmHg Frequência cardíaca\_\_ pulsações/min

2. Sofre de:

Gota SIM\_\_ NÃO\_\_

Insuficiência renal SIM\_\_ NÃO\_\_

Cálculos renais SIM\_\_ NÃO\_\_

Doença cardiovascular SIM\_\_ NÃO\_\_

Outros \_\_\_\_\_

3. Toma algum medicamento diurético?

SIM\_\_ NÃO\_\_

Se sim, qual? \_\_\_\_\_

Grupo III – Caracterização Física

1. Costuma ter sede?

SIM\_\_ NÃO\_\_

2. Costuma sentir a boca seca (mucosa e língua)?

SIM\_\_ NÃO\_\_

3. Costuma sentir as axilas secas?

SIM\_\_ NÃO\_\_

4. Nota a sua pele seca?

SIM\_\_ NÃO\_\_

5. Em média, quantas vezes, vai à casa de banho defecar?

	Não se aplica	1 X	2 X	3 X	4 X	5 X	6 X	7X
Ao longo de 1dia								
Ao longo de 1semana								

Outras opções \_\_\_\_\_

6. Nota alteração/diminuição na quantidade de urina diária?

SIM\_\_ NÃO\_\_

7. Nota odor mais intenso da urina?

SIM\_\_ NÃO\_\_

8. Nota alguma alteração de cor da urina?

SIM\_\_ NÃO\_\_

9. Levanta-se durante a noite para urinar?

1x/noite\_\_ Mais do que 1x/noite\_\_ NÃO\_\_

10. Costuma sentir cansaço físico e/ou mental, alguma perda da capacidade de atenção, de concentração e memória ou dores de cabeça?

SIM\_\_ NÃO\_\_

11. Tem verificado perda acentuada de peso?

SIM\_\_ NÃO\_\_

Grupo IV – Avaliação dos hábitos de ingestão de bebidas e alimentos ricos em água

1. Tem por hábito ingerir líquidos durante o dia?

SIM\_\_ NÃO\_\_

Se sim, em que altura do dia?

Às refeições\_\_ Fora das refeições\_\_

2. Que tipo de bebidas e alimentos tem por hábito consumir mais ao longo de um dia?  
Quantas vezes ao dia?

Bebidas/Alimentos	1x/dia	2x/dia	3x/dia	4x/dia	5 ou mais x/dia
Água					
Chá					
Sumos					
Refrigerantes					
Laticínios					
Hortícolas					
Frutas					
Sopas					

3. Que quantidade, de bebidos e alimentos, tem por hábito consumir ao longo de um dia?

Bebidas/Alimentos	Maior	Igual	Menor
Água(L)			
Chá(L)			
Sumos(L)			

Refrigerantes(L)			
Laticínios(L)			
Hortícolas (1chávena almoçadeira)			
Frutas (peça)			
Sopas (chávena almoçadeira)			

4. Em média, qual a quantidade de líquidos que consome diariamente?

Menos de 1Litros/dia

1-2Litros/dia

2-3Litros/dia

Mais de 3Litros/dia

## ANEXO B – Aceitação do comitê de Ética

- HISTÓRICO DE TRÂMITES							
Apreciação	Data/Hora	Tipo Trâmite	Versão	Perfil	Origem	Destino	Informações
PO	05/07/2023 10:43:08	Parecer liberado	4	Coordenador	Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande - CES/UFCG	PESQUISADOR	