

# IDRATAZIONE NELL'ANZIANO CON DEMENTIA



Dr.ssa Ilaria Bonchi  
Dietista  
Dott. Raffaele Conforti  
Geriatra

# PERCHE' GLI ANZIANI HANNO UN RISCHIO ELEVATO DI DISIDRATAZIONE?

- Scarsa sensazione della sete
- Scarsa autonomia (persone parz. Autosufficiente sono più disidratate in quanto il personale crede che siano in grado di idratarsi a sufficienza autonomamente)
- Terapia diuretica
- Influenza intestinale
- Febbre
- Disfagia
- Iperventilazione

Una grave disidratazione aumenta il rischio di mortalità e ospedalizzazione e può provocare:

Tromboembolie secondarie

Aritmie cardiache

Insufficienza renale

Deliri

Infezioni urinarie e polmonari

Tossicità farmacologiche

**Disidratazione del 2%** → vengono alterati la termoregolazione e il volume plasmatico

**Disidratazione del 5%** → crampi, debolezza, maggiore irritabilità

**Disidratazione del 7%** → malessere generale, debolezza intensa e allucinazioni

Con il 10% vi è il rischio concreto di insorgenza del colpo di calore e comincia a esservi pericolo per la sopravvivenza.

QUINDI, LA DISIDRATAZIONE  
NELL'ANZIANO CON DEMENZA E'  
UN IMPORTANTE PROBLEMA  
SANITARIO E NECESSITA DI:

PREVENZIONE - DIAGNOSI  
TERAPIA

# COME RICONOSCERE UNO STATO DI DISIDRATAZIONE NELL'ANZIANO\*

## PARAMETRI VISIVI:

- Secchezza delle mucose (occhi e cavo orale)
- lingua bianca
- Astenia, sonnolenza
- Stato confusionale, difficoltà nell'eloquio
- Crampi muscolari
- Vomito
- Perdita dell'appetito
- Perdita di peso\*\*
- Colore delle urine

\* Secondo il national Guideline Claringhouse

## PARAMETRI VITALI:

- Tachicardia (ipokalemia)

Polso:  $>100$  batt./min. e/o PA sistolica  $<100$ mmHG

- Aumento frequenza respiratoria
- Ipotensione
- Aumento della temperatura corporea

Bioimpedenziometria

## ESAMI DI LABORATORIO

Rapporto Creatinina/ Azotemia in quanto in caso di disidratazione il rallentamento del flusso urinario aumenta il riassorbimento dell'urea, ma non della creatinina

Peso specifico urine

Urine delle 24 h registrando l'assunzione e l'eliminazione

Sodiemia e Potassemia

\*\* La misurazione del peso corporeo rapportato al peso abituale offre una stima relativa del grado di severità della disidratazione in qualità di indicatore tra liquidi assunti ed eliminati

Perdita del 3% del peso abituale → **lieve disidratazione**

Perdita del 10% → **moderata disidratazione**

Perdita del 15% → **intensa disidratazione**

A TAL PROPOSITO E' DI  
FONDAMENTALE IMPORTANZA CHE IL  
PERSONALE ANNOTI IL PESO  
CORPOREO DEGLI OSPITI E AVVISI  
SENZA RITARDO IL PERSONALE  
DIETOLOGICO E MEDICO DELLE  
VARIAZIONI RILEVATE PERCHE' SI  
POSSARE ATTUARE IN TEMPI BREVI  
GLI INTERVENTI NECESSARI.

# PREVENZIONE E CURA

- Definire l'introito idrico giornaliero (8 bicchieri al giorno)
- Adottare una scheda di rilevamento liquidi
- Attuare strategie incentivanti
  - tè infusi alla frutta o succhi di frutta negli spuntini
  - terapie somministrate con un bicchiere colmo di acqua
  - tisana prima di coricarsi

- ✓ Mettere il bicchiere nelle mani delle persone ed attendere che queste terminino di bere
- ✓ Rispettare le preferenze individuali
- ✓ Stimolare la sete ogni ora e mezza durante il giorno

(Simmons et al., 2001)

(AMDA, 2001; The Joanna Briggs Institute, 2001)

# FABBISOGNO DI LIQUIDI

- 100 ml di liquidi per ogni chilo di peso corporeo per i primi 10 kg;
- 50 ml di liquidi per kg per i successivi 10 kg;
- 15 ml di liquidi per ogni kg dopo i 20 kg.



# SCHEDA REGISTRAZIONE LIQUIDI

<b>NOME OSPITE:</b> Rossi Gina	<b>OPERATORE:</b>	<b>QUANTITA':</b>	<b>TIPO DI BEVANDA:</b>
<b>DATA:05/11/2014</b>			
<b>ORARIO: 8:30</b>	Ilaria Bonchi	1 tazza	Latte
<b>ORARIO: 10:30</b>	Maria Bianchi	1 bicchiere	Succo di frutta
<b>ORARIO: 12:00</b>	Ilaria Bonchi	2 bicchieri	Acqua
<b>ORARIO:16:00</b>	Maria Bianchi	1 bicchiere	Tè
<b>ORARIO: 18:00</b>	Ilaria Bonchi	2 bicchieri	Acqua
<b>ORARIO: 19:00</b>	Maria Bianchi	1 bicchiere	Camomilla

L'utilizzo di una scheda di somministrazione dei liquidi assunti è il metodo migliore per controllare l'adeguatezza dell'idratazione, per migliorare la salute degli anziani e tutelare il personale da eventuali accuse di negligenze.

ATTENZIONE

CAFFE' E ALCOL HANNO EFFETTI  
DIURETICI!

*Grazie per l'attenzione*

