# HIDRATAÇÃO E SAÚDE RENAL: RECOMENDAÇÕES BASEADAS EM EVIDÊNCIAS

Beatriz Teixeira Costa  
 beatrizcosta14@gmail.com  
 UNINOVE Osasco

Jhonatta Ritter Ramos  
 Jhonattaritter@hotmail.com  
 Universidad de Aquino Bolivia

Paulo César Barbosa de Brito Filho  
 soypaulobrito@gmail.com  
 AFYA Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba

Maria Tereza Souza Lopes  
 mariaterezalopes0@gmail.com  
 Unfipmoc - Afya

Ana Júlia Omodei Rodrigues Martim  
 anajuliamartim@gmail.com  
 Centro Universitário São Lucas

Tatiana Luiza Silva Knauf  
 tati.knauf@gmail.com  
 Uniatenas Passos-MG

Alexa Macanhan  
 macanhan\_a@hotmail.com  
 Universidade Regional de Blumenau

Vitor Ribeiro Novaes  
 Dr.vrnovaes@gmail.com  
 Universidade de Rio Verde

Luís Felipe Morais Barros  
 lfelipembarros@gmail.com  
 UNIRG - Universidade de Gurupi - TO

Mateus Dantas Monteiro Formiga  
 mateus.dantas.714@ufrn.edu.br  
 Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN)

INTRODUÇÃO: A hidratação adequada desempenha um papel fundamental tanto na manutenção da função renal quanto na prevenção de doenças renais. Isso ocorre porque, conforme demonstrado pela literatura, a ingestão hídrica influencia diretamente a taxa de filtração glomerular, o equilíbrio eletrolítico e a eliminação de toxinas. Entretanto, as recomendações sobre o consumo de líquidos variam de acordo com fatores individuais, como idade, comorbidades e estágios da doença renal. Diante disso, este estudo revisa as diretrizes sobre hidratação e saúde renal, analisando as condutas baseadas em evidencias cientificas, assim, contribuir para melhores avanços. OBJETIVO: Analisar a relação entre hidratação e saúde renal, destacando recomendações presentes na literatura e manejo da doença renal crônica. METODOLOGIA: Realizou-se uma revisão bibliográfica, por meio de buscas nas bases de dados PuBMed, MedLine e LILACS. Para tanto, utilizou-se os descritores “Função Renal”, “Conteúdo de Fluidos no Organismo” e “Evidencias Clínicas”. Foram incluídos artigos publicados entre 2015 e 2024, em português e espanhol, que abordavam os impactos da hidratação na função renal com base em dados científicos. Além disso, os critérios de exclusão abrangeram estudos que não apresentavam metodologia clara ou que não analisam os biomarcadores renais. RESULTADOS E DISCUSSÃO: A hidratação é essencial para manutenção renal e funções fisiológicas, mas também em situações de estresse térmicos, ela é extremamente relevante para evitar o agravamento da hipertermia e auxiliar na manutenção do volume circulante. Em pacientes críticos, essa hidratação deve ser rigorosamente monitorada, levando em consideração os distúrbios eletrolíticos e as necessidades nutricionais. Estudos mostram, que em casos de dialise, o controle de potássio, fosforo e sódio deve ser individualizado, equilibrando as restrições dietéticas com riscos metabólicos. Dessa forma, torna-se imprescindível garantir que intervenções práticas e personalizadas sejam fornecidas. CONCLUSÃO: Portanto, a hidratação influencia diretamente as funções fisiológicas, como função glomerular, a eliminação de resíduos e a prevenção de doenças renais. Nesse Contexto, a abordagem baseada em evidencias destaca a importância de individualizar as recomendações, avançando na saúde renal e prevenindo possíveis complicações.

**PALAVRAS- CHAVE:** Evidencias Clínicas; Função Renal; Conteúdo de Fluidos no Organismo.

**REFERÊNCIAS:**

KIRSZTAJN, G. et al. SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA | BRAZILIAN SOCIETY OF NEPHROLOGY. **SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA**, 4 maio 2024.

MAICÁ, A. O.; SCHWEIGERT, I. Avaliação nutricional em pacientes graves. **Revista Brasileira de Terapia Intensiva**, v. 20, n. 3, p. 286–295, set. 2008.