

## Desidratação

Colaborador: Anderson Peixoto



O programa Saúde em Questão exibido no dia 26 de fevereiro contou com a presença do médico geriatra Fabiano Latrilha Reis – responsável técnico do AMA Capão Redondo. O tema abordado foi a “Desidratação”.

O médico explicou que, de maneira geral, a desidratação é um desequilíbrio das células causado pela falta de reposição de líquidos, entre o que o é consumido e perdido pelo corpo. Este desequilíbrio pode ser causado tanto pelo consumo excessivo quanto pela perda de líquido sem reposição adequada.

As principais causas da desidratação são diarreia, vômito, suor excessivo e diabetes, que fazem com que o indivíduo perca líquido em demasia.

Os sinais da desidratação, em seu estado leve, podem ser secura da pele, boca e mucosas, além do suor excessivo. Em seu estado avançado, no entanto, os sintomas são mais evidentes, como pressão arterial baixa e até confusão mental.

O médico também alertou sobre a importância da prevenção e necessidade de cuidados. “A ingestão regular de líquidos é importante, assim como o uso de roupas leves”, completou Latrilha, atentando ainda para os cuidados na hora de praticar exercícios físicos.

Assista ao programa completo [aqui](#).