



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA
GOVERNO REGIONAL
SECRETARIA REGIONAL DOS ASSUNTOS SOCIAIS
INSTITUTO DE ADMINISTRAÇÃO DA SAÚDE
E ASSUNTOS SOCIAIS, IP-RAM

Circular Informativa

Assunto: “Recomendações para Insuficientes Renais - adaptação da circular informativa N.º 29/DA de 18/08/2008 da Direcção Geral da Saúde - Plano de Contingência para as Ondas de Calor – 2008”

Para: Todos os Serviços de Saúde

Instituto de Administração da
Saúde e Assuntos Sociais,
IP-RAM

S 18

2-9-2008

CI

0 . 0 . 0 . 0
Original

NOTA INTRODUTÓRIA¹

A insuficiência renal é uma alteração da função dos rins na qual estes são incapazes de excretar as substâncias tóxicas do organismo de forma adequada. As causas da insuficiência renal são diversas; algumas conduzem a uma rápida diminuição da função renal (insuficiência renal aguda), enquanto outras conduzem a uma diminuição gradual dessa função (insuficiência renal crónica).

Muitas vezes as pessoas que sofrem de insuficiência renal, também apresentam problemas de hipertensão arterial, nomeadamente porque os rins não podem eliminar o excesso de sal e de água. Por outro lado, o volume de urina tende a permanecer estável, geralmente de 1 a 4 litros diários, independentemente da quantidade de líquidos consumidos.

Em situações de calor intenso, a ingestão não controlada de líquidos pelas pessoas com insuficiência renal, sobretudo se também consumirem sal em excesso, pode conduzir a edemas (inchaço) no corpo e ao aumento da tensão arterial, pelo facto de não serem capazes de expulsar os líquidos em excesso, aumentando o risco de agravar o seu quadro clínico, nomeadamente a propensão para complicações cardiovasculares.

¹ Circular Informativa n.º 29/DA de 18/08/2008, - Direcção Geral da Saúde - Plano de Contingência para as Ondas de Calor - 2008 - Recomendações para Insuficientes Renais



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA
GOVERNO REGIONAL
SECRETARIA REGIONAL DOS ASSUNTOS SOCIAIS
INSTITUTO DE ADMINISTRAÇÃO DA SAÚDE
E ASSUNTOS SOCIAIS, IP-RAM

Circular Informativa

MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO²

- Vestir roupas leves e largas (incluindo chapéu), fabricadas com fibras naturais tais como o algodão;
- Beber a quantidade de líquidos aconselhada pelo médico assistente;
- Evitar bebidas com cafeína, sal e álcool;
- Evitar andar na rua nos períodos mais quentes do dia (entre as 11 e as 16 horas);
- Dormir em locais climatizados. Quando tal não é possível, colocar no quarto garrafas com gelo (em locais elevados e à cabeceira) e utilizar roupas leves e frescas;
- Monitorizar a tensão arterial. Ter atenção a sinais de vertigens ou tonturas, fadiga crescente e alteração dos batimentos cardíacos.

SINAIS DE ALERTA E ACÇÕES A DESENVOLVER

Na sequência de exposição a temperatura elevadas, se a pessoa com insuficiência renal sentir aumento da temperatura corporal, cansaço fora do habitual, tonturas, respiração ofegante, boca e garganta seca, deve-se:

- Colocá-la em compartimento fresco;
- Oferecer pequenos cubos de gelo (em substituição de água);
- Pulverizar o corpo com água fresca;
- Avaliar a temperatura corporal;
- Contactar um médico, centro de saúde ou ainda encaminhá-la às urgências.

O Presidente

Maurício Melim

DPPS-AC/SB

² Circular Informativa n.º 29/DA de 18/08/2008, - Direcção Geral da Saúde - Plano de Contingência para as Ondas de Calor - 2008 - Recomendações para Insuficientes Renais.