

17-20  
Dicembre  
2025  
Napoli

70<sup>o</sup> C O N G R E S S O  
N A Z I O N A L E  
**SIGG**  
LIBERI E LONGEVI

Università degli  
Studi di Napoli  
Federico II  
Polo Didattico  
di **SCAMPIA**



## DRINKIT: UN KIT DI ATTIVITÀ E DI RISORSE E FORMAZIONE PER FAVORIRE L'IDRATAZIONE NELLE PERSONE ANZIANE

### Anna Castaldo

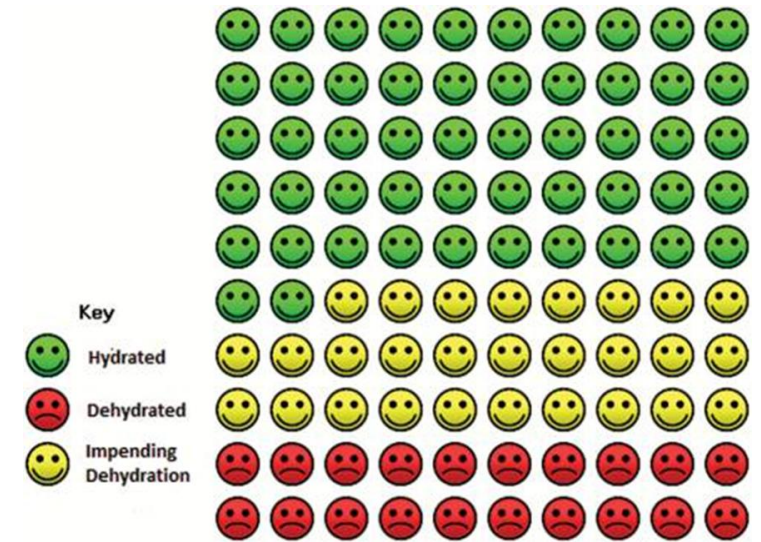
Infermiera, PhD, Referente DAPSS CTO, ASST Pini-CTO, Coordinatore Gruppo di studio SIGG «Prevenzione degli abusi alle persone anziane»; Presidente Associazione AGIRE

[Anna.castaldo@unimi.it](mailto:Anna.castaldo@unimi.it); [segreteria.agire@gmail.com](mailto:segreteria.agire@gmail.com)

Anna Castaldo, Giulia Giacomel, Maura Lusignani, Letteria Consolo, Maria Matarese  
In collaborazione con Roberta Guzzo, Aline Salla, Giovanni Mutillo, Jesus Vela Gomez



- UK, DRIE; 1 anziano su 5 è disidratato (1)
- **20-30%**; più frequente nelle persone con demenza (2)
- Italia; residenti malnutriti poco idratati (mediana 702 ml/die vs 800 ml/die ben nutriti) (3)
- Malnutrizione e disidratazione correlate a **peggiori esiti clinici** (sarcopenia, fragilità, LdP, infezioni, delirium, mortalità ...) e QdV e aumento carico caregiver (2)



1. Hooper, L., et al. (2016). Which Frail Older People Are Dehydrated? The UK DRIE Study. *The journals of gerontology. Series A, Biological sciences and medical sciences*, 71(10), 1341–1347. <https://doi.org/10.1093/gerona/glv205>

2. Volkert, D., Beck, A. M., Faxén-Irving, G., Frühwald, T., Hooper, L., Keller, H., Porter, J., Rothenberg, E., Suominen, M., Wirth, R., & Chourdakis, M. (2024). ESPEN guideline on nutrition and hydration in dementia - Update 2024. *Clinical nutrition (Edinburgh, Scotland)*, 43(6), 1599–1626.

3. Castaldo A, et al. Food intake and prevalence of malnutrition in nursing homes. A multicenter observational study. *Journal of Gerontology and Geriatrics Online First* 2022;July 30. <https://doi.org/10.36150/2499-6564-N497>

## Le linee guida europee raccomandano di bere (2)

- **Uomini** → **2 L/die** (14 tazze di tè)
- **Donne** → **1,6 L/die** (11 tazze di tè)
- **Approccio individualizzato, multiprofessionale e multicomponente** (2,4)
  - **consapevolezza** e competenze del personale
  - assistenza durante i **pasti** e gestione dell'ambiente
  - offerta di cibi e bevande vari e **gradevoli**
  - rispetto delle abitudini, preferenze e capacità individuali
  - favorire la **condivisione** dei pasti e bevande
  - somministrazione frequente di **liquidi e snack**



2. Volkert, D., Beck, A. M., Faxén-Irving, G., Frühwald, T., Hooper, L., Keller, H., Porter, J., Rothenberg, E., Suominen, M., Wirth, R., & Chourdakis, M. (2024). ESPEN guideline on nutrition and hydration in dementia - Update 2024. *Clinical nutrition (Edinburgh, Scotland)*, 43(6), 1599–1626.

4. Pence, J., Davis, A., Allen-Gregory, E., & Bloomer, R. J. (2025). Hydration Strategies in Older Adults. *Nutrients*, 17(14), 2256. <https://doi.org/10.3390/nu17142256>

# DrinkKit

## Una guida per favorire l'idratazione nelle persone anziane

- ✓ Gruppo di ricercatori dell'Università East Anglia, in collaborazione con il personale di alcune RSA nel Regno Unito

Florence Jimoh; Diane Bunn, Elaine Southern, Adam Faherty, Lee Ainley, Viv Barlow, Irene Dunger, Claire Hannent, Mandy Lord, Catherine Ringwood, Julie White, Lee Hooper

The Dunhill Medical Trust logo and UEA University of East Anglia logo are at the top. The title "The Making Drinking Fun" is in pink. Below it is a photo of two elderly women smiling. The authors list includes Florence Jimoh, Diane Bunn, Elaine Southern, Adam Faherty, Lee Ainley, Viv Barlow, Irene Dunger, Claire Hannent, Mandy Lord, Catherine Ringwood, Julie White, and Lee Hooper. The text "Activities & Engagement Toolkit Part 1 of DrinkKit" is at the bottom.

The Dunhill Medical Trust logo and UEA University of East Anglia logo are at the top. The title "The Drinks Diary" is in pink. Below it is a screenshot of the diary form with instructions. The authors list includes Florence Jimoh, Diane Bunn, and Lee Hooper. The text "Part 2 of DrinkKit" is at the bottom.

The Dunhill Medical Trust logo and UEA University of East Anglia logo are at the top. The title "One-Hour Hydration Training for All Care Home Staff" is in pink. Below it is a photo of three elderly women sitting at a table. The authors list includes Diane Bunn, Florence Jimoh, Crissy Petriello, Fiona Mavby, Laura Lodge, Mar Moore, Florina Petrescu, Samantha Parker, Sarah Zampedri, Sandra Drake, and Lee Hooper. The text "Part 3 of DrinkKit" is at the bottom.

The Dunhill Medical Trust logo and UEA University of East Anglia logo are at the top. The title "Hydration Champion Team Training Manual" is in pink. Below it is a photo of three elderly women sitting at a table. The authors list includes Lee Hooper, Diane Bunn, Florence Jimoh, Sarah Houjden, Sandra Drake, Laura Lodge, Fiona Mavby, Mar Moore, Samantha Parker, Florina Petrescu, Crissy Petriello, and Sarah Zampedri. The text "Part 4 of DrinkKit" is at the bottom.

# 1. Kit di attività e risorse per favorire l'idratazione “Rendere il bere una esperienza divertente

- 🧰 **Idratazione** una **parte centrale** di eventi **quotidiani**, attività e momenti conviviali
- 🧰 Attività che divertano e impegnino **significativamente** ogni assistito
- 🧰 **Proposte di attività** incentrate anche sull'idratazione
- 🧰 Può aiutare il personale a riflettere su come aiutare gli assistiti a bere in modo adeguato quotidianamente e in ogni occasione



# 1. Kit di attività e risorse

## 4. Attività sul bere

- 4.1 Limonata semplice fatta in casa
- 4.2 Reminiscenza delle bevande
- 4.3 Degustazione di tè
- 4.4 Preparare il tè utilizzando le foglie di tè
- 4.5 Provare nuove bevande
- 4.6 Indovina l'ingrediente o la bevanda
- 4.7 Degustazione di bevande dei distributori automatici della residenza
- 4.8 Carrello delle feste
- 4.9 Carrello porta bevande supplementare
- 4.10 Preparazione di frullati



Una semplice Limonata fatta in casa



Bere per ricordare



Degustazione del tè



Preparare il tè con le foglie di tè



Provare nuove bevande



Indovina l'ingrediente o la bevanda



Degustazione di bevande dei distributori automatici



Carrello delle feste



Carrello delle bevande supplementari



Preparazione di frullati

# 1. Kit di attività e risorse ..

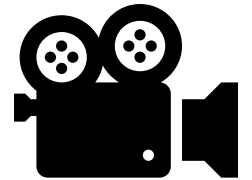
## 5. Attività culinarie

- 5.1 Rustici con salsiccia
- 5.2 Gelato alla frutta
- 5.3 Torta alla frutta
- 5.4 Spiedini alla frutta



## 6. Eventi sociali

- 6.1 Mattinata cinematografica
- 6.2 Filmati Archivio cinematografico
- 6.3 Proiezione documentario fauna selvatica ...
- 6.4 Un viaggio musicale nel passato
- 6.5 Intrattenimento musicale dal vivo
- 6.6 Mattinata musicale
- 6.7 Giornata dello Sport
- 6.8 Bocce con i visitatori
- 6.9 Giochi da tavolo



# Reminiscenza delle bevande












<b>Breve descrizione</b>	<b>Usare un sapore per ricordare e imparare i tipi di bevande che i residenti possono aver gustato in passato.</b>	
<b>Obiettivo</b>	Degustazione di bevande, aumento della scelta di bevande, aumento dell'assunzione di liquidi, socializzazione.	
<b>A chi è rivolta questa attività?</b>		
<b>Dimensioni del gruppo</b>	Individuale	✓
	Piccolo (2-5)	✓
	Grande (6+)	✓
<b>Quali residenti</b>	Uomini	✓
	Donne	✓
<b>Capacità cognitiva</b>	Nessun decadimento cognitivo	✓
	Lieve decadimento cognitivo	✓
	Moderato decadimento cognitivo	✓
	Grave decadimento cognitivo	✓
<b>Capacità fisica</b>	Gamma di capacità	✓
<b>Residenti per i quali può essere necessaria un'assistenza</b>	Difficoltà di deglutizione	Seguire le indicazioni del piano di assistenza
	Allergie alimentari o altri problemi di salute, come il diabete	Seguire le indicazioni del piano di assistenza, adattandole se necessario
	Restrizione idrica	Far assaggiare piccole quantità
<b>Numero di collaboratori necessari</b>	Dipende dalle dimensioni del gruppo e dal livello di assistenza richiesto dai singoli residenti	
<b>Durata della pianificazione</b>	1 - 1½ ore	
<b>Durata dell'attività</b>	1 ora	
<b>Luogo</b>	Stanza con tavoli e sedie.	
<b>Costi</b>	(i) Svolgere l'attività per la prima volta: BASSO	
	(ii) Ripetere l'attività: BASSO	
<b>Legenda - Basso: &lt;€10; Medio: €10-€25; Alto: €25-€50; Molto alto: &gt;€50</b>		
<b>Materiale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bevande che erano popolari negli anni passati.</li> <li>• Tazze/bicchieri, Snacks (biscotti, frutta)</li> <li>• Opzionale: carta e matite per appuntarsi i ricordi.</li> </ul>	

## 2. Diario dell'idratazione

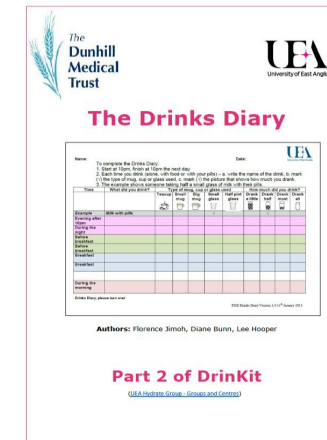
✓ Misurare le quantità di  
bevande che assumono

gli assistiti

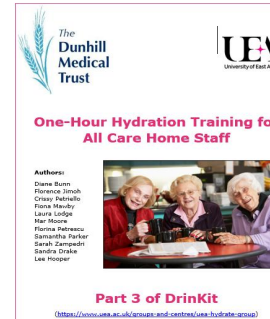
- Personale
- Caregiver
- Assistiti

Orario	Cosa hai bevuto?	Tipi di tazza, tazzina o bicchiere utilizzati					Quanto hai bevuto?			
		Tazza da the 	Tazza piccola 	Tazza grande 	Bicchiere piccolo 	Bicchiere grande 	Bevuto un po' 	Bevuto metà 	Bevuto la maggior parte 	Bevuto tutto 
<i>Esempio</i>	<i>Latte con le compresse</i>				✓		✓			
<i>La sera prima delle ore 22</i>										
<i>Durante la notte</i>										
<i>Prima di colazione</i>										
<i>Prima di colazione</i>										
<i>Colazione</i>										
<i>Colazione</i>										
<i>Durante la mattina</i>										

Diario dell'idratazione, girare per favore



# 3. Formazione di un'ora sull'idratazione per il personale



Tempistica	Attività	Materiali
<b>0 min</b> (durata 5 min)	Attività 1: Accoglienza  Introduzione e conoscenze di base: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentazioni</li> <li>• Obiettivi del corso</li> </ul>	Registro delle presenze
<b>5 min</b> (durata 15 min)	Attività 2: Conoscenze di base sull'Idratazione  Tutti i partecipanti compilano rapidamente il questionario! Il relatore analizza brevemente le risposte. (Senza assegnare un punteggio)	Questionario ('Questionario sull'Idratazione')  Risposte al questionario
<b>20 min</b> (durata 5 min)	Attività 3: Stai bevendo a sufficienza? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ogni persona deve scrivere quanto ha bevuto il giorno prima.</li> <li>• Utilizzate tazze e bicchieri come unità di misura.</li> </ul>	Fogli per la registrazione delle bevande ('Cosa hai bevuto ieri'), penne, brocca e alcune tazze, tazzine e bicchieri utilizzati dai dipendenti e dai residenti
<b>25 min</b> (durata 5 min)	Attività 4: I residenti della struttura stanno bevendo abbastanza? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerazioni su quanto stiano bevendo i residenti della struttura.</li> </ul>	

<b>30 min</b> (durata 5 min)	Attività 5: Parlare di disidratazione. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cos'è la disidratazione?</li> <li>• Motivi per cui i residenti potrebbero disidratarsi facilmente.</li> <li>• Effetti della disidratazione sulla salute.</li> <li>• Quali bevande e in che quantità è consigliabile berle?</li> </ul>	PowerPoint & materiale per proiettare, dispense
<b>35 min</b> (durata 10 min)	Attività 6: Incoraggiare gli anziani a idratarsi in modo adeguato  Attività di gruppo. Ogni persona condivide i suggerimenti con il gruppo. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ogni gruppo condivide i suggerimenti.</li> <li>• Il relatore aggiunge ulteriori suggerimenti che non sono emersi dal gruppo.</li> </ul>	Programma per favorire l'idratazione  Penne e fogli  (I suggerimenti scritti sui fogli, vanno stampati sul retro dei certificati di partecipazione del personale.)
<b>45 min</b> (durata 5 min)	Attività 7: Riflettere sulla pratica <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ogni persona sceglie uno o due suggerimenti da provare.</li> </ul>	
<b>50 min</b> (durata 10 min)	Attività 8: Controllo delle conoscenze sull'idratazione <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cosa ti ricordi?</li> </ul>	Questionario ('Questionario sull'Idratazione')  Risposte al questionario  Una bevanda come premio (opzionale)
<b>60 min</b>	Fine e ringraziamenti ai partecipanti	

# 4. Manuale per la formazione dei Team Promoter dell'idratazione

- Percorso formativo strutturato di 18 ore, in 15 settimane
- 4-6 strutture (4 op/struttura)
- Condivisione di buone pratiche

**CA:** Referente delle attività ricreative, sociali e occupazionali

**PA:** Personale di assistenza

**PD:** Personale dirigente

**PC:** Personale di cucina



## Hydration Champion Team Training Manual

Authors:  
Lee Hooper  
Diane Bunn  
Florence Jimoh  
Sarah Knudsen  
Sandra Drake  
Laura Lodge  
Rona Mawby  
Mar Moore  
Samantha Parker  
Florina Petruscu  
Crispy Petriello  
Sarah Zampetti



### Part 4 of DrinkIt

<https://www.uea.ac.uk/groups-and-centres/uea-hydrate-group/>

Ore	Settimana	Referente delle attività ricreative	Personale di assistenza	Personale dirigente	Personale di cucina
3	Settimana 1	CA1	PA1	PD1	PC1
2	Settimana 2	CA2			
2	Settimana 3		PA2		
2	Settimana 4			PD2	
2	Settimana 5				PC2
3	Settimana 6	CA3	PA3	PD3	PC3
2	Settimana 7	CA4			
2	Settimana 8		PA4		
2	Settimana 9			PD4	
2	Settimana 10				PC4
3	Settimana 11	CA5	PA5	PD5	PAC5
2	Settimana 12	CA6			
2	Settimana 13		PA6	PD6	
2	Settimana 14				PC6
3	Settimana 15	CA7	PA7	PD7	PC7

# Adattamento della guida DrinkKit

- ✓ Autorizzazione autori dell'Università East Anglia (UEA)
- ✓ Procedure di *Forward Translation*, verifica, revisione e armonizzazione della traduzione (Beaton et al., 2000; Wild et al., 2005)

- **Traduzione italiana e adattamento a cura di:**
- Anna Castaldo
- Giulia Giacomel
- Maria Matarese
- Maura Lusignani
- Letteria Consolo
- Roberta Guzzo
- Aline Salla (consulenza iniziale)

**Hydration Group University of East Anglia; Associazione infermieristica Gerontologica Geriatrica Ricerca & Etica (AGIRE)**

# Implementazione pilota guida DrinkKit

✓ Ottobre 2024 - Febbraio 2025

1. Azienda di Servizi alla Persona (ASP) Golgi Redaelli, Istituto Geriatrico Piero Redaelli
2. ASST Centro Specialistico Orto-Traumatologico Gaetano Pini – CTO, Riab. mielolesi

✓ Coinvolgimento Direzioni

✓ Valutazione del contesto «Analisi dei bisogni di idratazione»

✓ Formazione (43 operatori)

✓ Adattamento diari e monitoraggio idratazione (24 assistiti)

✓ Attività per favorire idratazione

✓ Formazione Team Promoter (11 operatori)

✓ Gruppi multidisciplinari

✓ 4 incontri plenari di 2 ore (tot. 8 ore), in ogni struttura

The image shows a screenshot of the 'DrinkKit Italia' hydration diary form. The form is titled 'Diario dell'idratazione' and includes fields for 'Iniziali nome e cognome dell'assistito' and 'Data'. It features a grid for recording fluid intake and output. The columns are categorized into 'Tipi di bevande, tazze e bicchiere utilizzati' and 'Quanto hai bevuto?'. The rows include 'Esempio', 'Prima di colazione (ore 7)', 'Colazione', 'Durante la mattina', 'Durante la mattina', 'Pranzo', and 'Pomeriggio'. The 'Esempio' row shows 'Latte con zucchero' with a checkmark in the 'Bevanda' column and a checkmark in the 'Bevuto' column.

The image shows another screenshot of the 'DrinkKit Italia' hydration diary form, similar to the one above. It includes the same title, fields for name and date, and a grid for recording fluid intake and output. The columns are categorized into 'Tipi di bevande, tazze e bicchiere utilizzati' and 'Quanto hai bevuto?'. The rows include 'Esempio', 'Prima di colazione (ore 7)', 'Colazione', 'Durante la mattina', 'Durante la mattina', 'Pranzo', and 'Pomeriggio'. The 'Esempio' row shows 'Latte con zucchero' with a checkmark in the 'Bevanda' column and a checkmark in the 'Bevuto' column.

# Attività per favorire l'idratazione

Gli operatori si sono impegnati nell'offrire **bevande extra** agli assistiti durante:

- Somministrazione della terapia
  - Attività ricreative e socializzanti:
    - Tiro con l'arco, giochi da tavolo
    - Attività espressive manuali (pittura, disegno libero, colorare figure), tombola,
    - Feste di compleanno
    - Attività individuali (es. fisioterapia, chiacchierata).
- ✓ Poster e pubblicizzazione attività



# Risultati Implementazione pilota



Miglioramento conoscenze e consapevolezza del personale e un'attenzione maggiore all'idratazione degli assistiti nella pratica quotidiana.

Incremento introito di liquidi per la maggior parte degli assistiti



Spazi facilmente accessibili - L'angolo del Drink - dove gli assistiti possono rifornirsi autonomamente

Incentivato l'assunzione frequente delle bevande

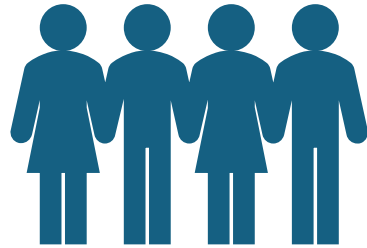


Confronto dei Team Promoter su migliori pratiche

Proposte soluzioni concrete, mirate e personalizzate per incentivare idratazione



# Grazie



- <https://www.uea.ac.uk/medicine/research/publichealth/health-services-and-primary-care/Drinkit>.



[WWW.ASSOCIAZIONEAGIRE.ORG](http://WWW.ASSOCIAZIONEAGIRE.ORG)



[SEGRETERIA.AGIRE@GMAIL.COM](mailto:SEGRETERIA.AGIRE@GMAIL.COM)