

VIVERE MEGLIO PER VIVERE DI PIÙ

AMBULATORIO PER L'OBESITÀ INFANTILE E ADOLESCENZIALE



Policlinico di Monza
Istituto ad Alta Specializzazione

INDICE

Prefazione	5
Caratteristiche e obiettivi del progetto	6
La visita infermieristica	7
La visita endocrinologica	8
Il colloquio dietistico	9

PREFAZIONE



Il Prof. Gianluca Perseghin,
Professore Ordinario
di Endocrinologia
Dipartimento di Medicina
e Chirurgia (School of Medicine
and Surgery) Università degli
Studi di Milano Bicocca &
Medicina Metabolica
Policlinico di Monza

Una corretta alimentazione rappresenta il primo presupposto per la salute dell'uomo. La nutrizione, dopo avere assicurato agli essere umani il benessere fisico e il conseguente aumento dell'aspettativa di vita, è oggi chiamata ad una sfida ancora più impegnativa: quella di garantire all'uomo una longevità in salute, al riparo dalle malattie croniche e degenerative che vedono in una non corretta alimentazione uno dei principali fattori predisponenti.

L'obesità/sovrappeso non affligge solo il 50% della popolazione adulta italiana, questo problema infatti ha radici già in età adolescenziale: il 30-35% dei bambini italiani è in sovrappeso ed il 10-12% è obeso.

Questo problema sociale dovrebbe essere gestito con i classici strumenti della prevenzione primaria applicati alla popolazione a rischio prima che il problema si manifesti.

In alternativa è necessario utilizzare gli strumenti della prevenzione secondaria che si preoccupa di individuare i soggetti già affetti da sovrappeso e obesità che ancora non hanno avuto una diagnosi medica.

L'impatto che l'obesità in età infantile e adolescenziale avrà nella vita adulta di un individuo non è ancora stato determinato, inoltre benché oggetto di studi condotti in ogni tipo di popolazione, area geografica, condizione culturale ed economica, i principi base di una corretta alimentazione non sono stati ancora definitivamente stabiliti.

Il dibattito su questa materia infatti è molto acceso, con poche verità accertate. Inoltre, poiché l'interesse per l'alimentazione dell'uomo non è limitato alla sola comunità scientifica, ma investe l'intera società civile, anche fattori non biologici, di natura culturale e sociale, interferiscono e possono condizionare la condotta alimentare della popolazione. In tale contesto, in mancanza di riferimenti scientifici certi, i messaggi che vengono divulgati appaiono spesso vaghi o contraddittori, dettati di volta in volta dalle mode e modelli del momento, con il risultato di generare confusione, inutili allarmismi e talvolta anche informazioni errate.

CARATTERISTICHE E OBIETTIVI DEL PROGETTO

La sfida per l'identificazione con criteri scientifici dei principi alla base di un'alimentazione in grado di garantire la salute dell'uomo, viene oggi raccolta dal Policlinico di Monza con la creazione di un Ambulatorio per l'obesità infantile e adolescenziale. L'obiettivo primario dell'ambulatorio è quello di supportare i bambini e i ragazzi affetti da obesità, anche e soprattutto attraverso le proprie famiglie, al fine di offrire loro gli adeguati strumenti per conoscere e risolvere questo importante problema. A ciò verrà anche associata una parte riguardante la ricerca per condurre studi di epidemiologia e di intervento educativo e nutrizionale volto a coinvolgere la Comunità Scientifica, le imprese del settore agroalimentare e le Autorità Sanitarie.

Nel dettaglio, l'ambulatorio si prefigge di:

- 1) Sensibilizzare i pazienti e le loro famiglie al mantenimento di un adeguato stato nutrizionale e al mantenimento di un sano peso corporeo.
- 2) Stabilire l'associazione tra le caratteristiche antropometriche (peso, età, circonferenza vita) e le abitudini alimentari del paziente, indagando la frequenza del consumo degli alimenti durante e fuori dai pasti.
- 3) Fornire programmi nutrizionali personalizzati e associarli, dove necessario, a consigli dietetici e a visite di controllo periodiche.

Per centrare gli obiettivi prefissati, i pazienti che si rivolgono all'ambulatorio per l'obesità infantile e adolescenziale verranno sottoposti a:

1) Visita infermieristica

2) Visita endocrinologica

3) Colloquio dietistico



**Frutta e verdura
sono indispensabili per una dieta
sana ed equilibrata**

1) LA VISITA INFERMIERISTICA



Sig.ra Sofia Penati,
infermiera coordinatrice
dell'Ambulatorio per l'obesità
infantile e adolescenziale
del Policlinico di Monza

La visita infermieristica prevede la raccolta dei dati del paziente in una apposita scheda in cui verranno inseriti:

- a) dati anagrafici
- b) dati antropometrici (peso, altezza e circonferenza vita)
- c) pressione arteriosa e frequenza cardiaca

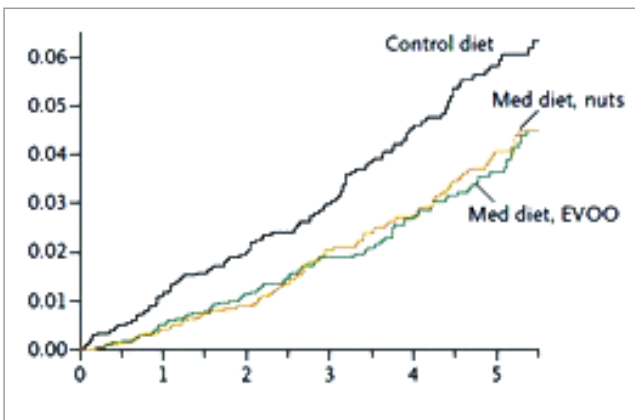
Qualora il paziente pratici attività sportiva e quindi sia in possesso di esami di sana e robusta costituzione o di idoneità all'attività agonistica, come ad esempio l'elettrocardiogramma (ECG), l'infermiera ha il compito di raccogliere anche questi dati nel contesto della visita.

I genitori del paziente saranno chiamati a compilare dei questionari sulle seguenti tematiche:

- 1) Atteggiamento del proprio figlio/a nei confronti del cibo (come si adatta ad un regime dietetico restrittivo, come le emozioni quali ansia e rabbia ne condizionano l'appetito, come le situazioni ambientali dove

entrano in gioco anche vista e olfatto, per esempio fare la spesa, entrare in una pasticceria o mangiare in compagnia di amici, influiscono sul suo rapporto con il cibo).

- 2) Mediterraneità della dieta (in che quantità e con quale frequenza avviene il consumo di determinati alimenti tipici della dieta mediterranea ovvero verdura, frutta, pesce, legumi, etc).
- 3) Stima dell'attività fisica abituale.
- 4) Abitudini alimentari (cosa viene assunto a colazione, spuntino, pranzo, merenda e cena).
- 5) Frequenza del consumo degli alimenti principali (pasta, pane, riso, carni rosse etc.) a pranzo e a cena.



La figura rappresenta l'impatto nutrizionale di una dieta Mediterranea con olio di oliva (in verde: EVOO) o "nuts" (in arancione: noci, noccioline, nocciole) rispetto alla dieta "standard" (in nero: control diet) in una popolazione spagnola di individui di mezza età ad alto rischio cardiovascolare. L'intervento con la Dieta Mediterranea rispetto alla dieta standard ha dimostrato un numero complessivo di infarto del miocardio, ictus e morte cardiovascolare ridotto nel tempo (5 anni di osservazione).

2) LA VISITA ENDOCRINOLOGICA



Il Dott. Federico Martucci,
Specialista in Endocrinologia
e Malattie del Ricambio
del Policlinico di Monza

La visita endocrinologica si compone di due fasi principali: **la prima** in cui viene analizzata la storia familiare del paziente e **la seconda** che si concentra sulla valutazione approfondita dello stato di salute e delle abitudini alimentari del paziente obeso.

- **Analisi familiare:** indagine sulla presenza di casi di obesità, dislipidemia (elevata concentrazione di grassi nel sangue), ipertensione arteriosa, diabete di tipo 2, epatopatie, insufficienza renale cronica.
- **Analisi dello stato di salute e delle abitudini alimentari del paziente:** stile di vita, storia del peso, attività fisica, fumo, russamento, sonnolenza, enuresi (perdite involontarie di urina), eventuale storia di malattia ipotalamica, presenza di vomito e cefalea, (per le ragazze valutazione della regolarità del ciclo mestruale, indagine sui segni di sospetta sindrome dell'ovaio

policistico), frequenza dei pasti, consumo di "cibo spazzatura", consumo di larghe quantità di cibo in poco tempo, frequenza di assunzione liquidi.

- **Valutazione delle curve di indice di massa corporea (BMI) e statura per età**
- **Esame generale delle condizioni del paziente**
- **Valutazione circonferenza vita**
- **Valutazione profilo lipidico** (colesterolo totale, colesterolo HDL, colesterolo LDL e trigliceridi)
- **Valutazione pressione arteriosa**

In base agli esiti delle sopraccitate valutazioni, l'endocrinologo potrà predisporre opportuni esami di approfondimento.

Praticare una costante attività fisica è indispensabile per combattere i problemi di obesità



3) IL COLLOQUIO DIETISTICO



La Dott.ssa Elisabetta Devecchi,
Specialista in Dietistica
e Scienze Sanitarie
tecniche assistenziali

Alla luce delle indicazioni specifiche del medico endocrinologo, delle informazioni raccolte sulle abitudini alimentari e dei dati antropometrici rilevati, verrà stilata una completa analisi alimentare del paziente unitamente a un programma nutrizionale e di educazione alimentare (consigli nutrizionali per un comportamento alimentare sano ed equilibrato alla luce delle indicazioni nutrizionali LARN - Livelli di Assunzione giornalieri Raccomandati di energia e Nutrienti per la popolazione italiana e INRAN - Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione).

In particolare:

- a. Per i soggetti con indice di massa corporea (BMI) < 90° percentile non complicati verranno studiate e stabilite raccomandazioni nutrizionali personalizzate che tengano conto di tutti i fattori presi in esame.
- b. Per i soggetti con indice di massa corporea (BMI) < 90° percentile complicati (ipertensione, dislipidemie..etc) si procederà alla stesura di un programma nutrizionale personalizzato e di consigli dietetici specifici. Il tutto monitorato tramite frequenti e approfonditi controlli periodici.
- c. Per i soggetti con indice di massa corporea (BMI) > 90° percentile si procederà alla stesura di un programma nutrizionale personalizzato e di consigli dietetici specifici. Il tutto monitorato da controlli periodici.



Insegnare ai propri figli a prendersi cura del proprio corpo e crescerlo in salute è uno dei principali doveri di un genitore

Endocrinologo: Dr. Federico Martucci
Dietista: Dr.ssa Elisabetta Devecchi
Infermiera coordinatrice: Sig.ra Sofia Penati

SEDE DI RIFERIMENTO
Istituto Clinico di Verano Brianza,
via Petrarca 51 – Verano Brianza (MB)
Tel. 0362 8241
(dalle 9.00 alle 13.00)



Via Amati 111 - 20900 Monza (MB)
Direttore Sanitario: Dott. Alfredo Lamastra
Tel.: +39 039 28 101 - Fax: +39 039 28 10470