



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA



SIA NET
La Rete Nazionale Integrata in Rete



Rischio nutrizionale negli anziani:

Manuale di valutazione e gestione per il CAREGIVER

a cura di
Lorenzo Maria Donini
e Salvatore Carbone



apssso

promosso da APSSO - Associazione
Prevenzione Salute e Sicurezza Onlus

In collaborazione con:



SAPIENZA
UNIVERSITÀ DI ROMA

*Alessandro Pinto
Anna Maria Giusti
Valeria Del Balzo*



*Walter Marrocco
Gallieno Marri
Antonio Pio D'Ingianna
Andrea Pizzini*



*Elena Alonzo
Agostino Messineo
Vincenzo Pontieri
Giuseppe Ugolini
Angiola Vanzo*



*Concetta Mirisola
Gianfranco Costanzo
Laura Piombo*

Perché questo manuale?

Non è sempre facile mantenere una **sana e corretta alimentazione** e quindi uno stile di vita sano, soprattutto quando, con l'avanzare dell'età, insorgono una o più problematiche che influiscono negativamente sul modo di alimentarsi.

In età geriatrica, anche in relazione alle patologie che in questa fascia d'età sono più frequenti, soprattutto tra gli anziani istituzionalizzati o ospedalizzati, è spesso frequente una **malnutrizione** per difetto che si manifesta con dimagrimento (più o meno lento a seconda dei casi), con una progressiva diminuzione dell'autonomia, fino all'allettamento, con un aumento dell'incidenza di complicazioni (infezioni, lesioni da decubito,...).

Per questo motivo è fondamentale che il **caregiver**, cioè colui che si occupa della persona anziana, sia esso **un parente o una badante**, conosca le varie strategie per evitare che il soggetto vada incontro a malnutrizione.



Questo manuale si pone l'obiettivo di fornire al caregiver informazioni ed indicazioni da utilizzare per far sì che questo non avvenga.

Ovviamente il percorso da seguire, in base al tipo di problema esistente, sarà differente e spesso

purtroppo non sufficiente a ridurre completamente il rischio nutrizionale; in tal caso è necessario che il caregiver sappia quando è necessario **far riferimento a figure sanitarie** (medico di famiglia, geriatra o nutrizionista, dietista, logopedista...) che aiutino ad affrontare in maniera più incisiva il problema.



SOMMARIO

PRIMA

PARTE

**VALUTAZIONE
DEL RISCHIO
NUTRIZIONALE**

PAGINA 11

SECONDA

PARTE

**CONSIGLI
NUTRIZIONALI**

PAGINA 27

TERZA

PARTE

**CONSIGLI MIRATI
ALLA RIDUZIONE DEL
RISCHIO
NUTRIZIONALE**

PAGINA 37

Come utilizzare il manuale

Il manuale si divide in 3 parti:

- la **prima parte** in cui, attraverso semplici test, il caregiver può valutare il rischio nutrizionale della persona di cui si occupa (pag. 11);
- la **seconda parte** in cui vengono dati consigli per un soggetto a basso rischio nutrizionale al fine di evitare l'insorgenza di una malnutrizione (pag. 27);
- la **terza parte** in cui si cerca di comprendere le cause di un rischio nutrizionale medio-alto e di individuare le strategie più adatte a contrastare la malnutrizione (pag. 37).

In sintesi, il percorso prevede **3 passaggi** successivi in funzione del rischio nutrizionale:

1° step: "Valutazione del rischio nutrizionale"

1) Procedure

- a) Mini Nutritional Assessment (MNA®) (pag. 13). Sulla base del risultato i soggetti saranno classificati in tre gruppi di rischio (basso, medio e alto).
- b) GPC (griglia porzioni consumate) (pag. 17) per una valutazione dell'introito alimentare del soggetto anziano.

2) Definizione del rischio nutrizionale

Rischio nutrizionale	BASSO	MEDIO	ALTO
MNA®	Superiore a 24	Tra 17,5 e 23,5	Inferiore a 17
GPC	Normale (vedi pag.22)	Moderatamente alterato (vedi pag.22)	Alterato (vedi pag.22)

N.B. Laddove i livelli di rischio a MNA® e GPC non corrispondessero, si considera la valutazione meno buona.

Es: MNA® medio e GPC alterato = **RISCHIO
ALTO**

2° step: “Presa in carico nutrizionale”

A seconda del rischio si attuano le seguenti procedure

Rischio nutrizionale	BASSO	MEDIO	ALTO
PROCEDURA DA SEGUIRE	A	B	B

- A) Rischio nutrizionale basso: seguire consigli nutrizionali (presenti nella seconda parte del manuale) utili al mantenimento di tale stato (pag. 27)
- B) Nei pazienti che presentano un rischio nutrizionale medio-alto e/o alcune patologie che possono incidere sul comportamento alimentare e/o sullo stato di nutrizione si fa riferimento alle indicazioni presenti nella terza parte del manuale (pag.37).

3° step: “Controllo periodico rischio nutrizionale”

Il Mini Nutritional Assessment (MNA®) e la griglia porzioni consumate (GPC) andranno ripetuti periodicamente in funzione del livello di rischio e secondo il calendario seguente:

Rischio nutrizionale	Ripetere controllo MNA	Ripetere controllo alimentazione (GPC)
BASSO	Una volta ogni sei mesi	Per una settimana ogni tre mesi
MEDIO	Una volta ogni tre mesi	Per una settimana al mese
ALTO	Mensilmente	Giornalmente

In allegato al manuale sono presenti gli strumenti sopra citati (MNA® e GPC).