

Progetto **Alimentazione** nei Pazienti Lungoviventi (Relazione Finale)

Dr.ssa Debora Pezzuolo – S.C. Oncologia Provinciale AUSL-IRCCS RE – Coordinatrice GINA
(Gruppo Interprofessionale Nutrizione Artificiale) - Dr.ssa Monzali Elisa, Dietista - Dr.ssa Rovesti Susanna, Dietista

Come vi avevamo descritto nel nostro precedente Notiziario periodico, lo scorso aprile è iniziato il “Progetto Prevenzione Terziaria dei tumori e nutrizione” – iniziativa sull'alimentazione nei pazienti oncologici “lungoviventi” – **promosso dalla Dr.ssa Debora Pezzuolo e totalmente finanziato dalla nostra Associazione Prevenzione Tumori**, con l'obiettivo di promuovere un sano stile di vita basato su un'alimentazione corretta e su una costante attività fisica in quelle persone che hanno subito trattamenti specifici per la malattia oncologica e che continuano ad essere sottoposti ad esami e visite periodiche.



*Dr.ssa Debora Pezzuolo
S.C. Oncologia Provinciale
AUSL-IRCCS RE
Coordinatrice GINA
(Gruppo Interprofessionale Nutrizione Artificiale)*

Relazione Dr.ssa Debora Pezzuolo Considerazioni - Impressioni Ambulatorio Di Prevenzione Di Nutrizione Oncologica Gestito Per 6 Sabati (1 Sabato Al Mese).

Le visite (completamente gratuite per le persone che si sono prenotate) effettuate per 6 sabati sono state 8, abbiamo dedicato un'ora ad ogni persona.

Si sono presentati tutti! Quindi la percentuale di adesione è stata del 100%.

Questo è un ambulatorio in cui noi crediamo molto, parlo di noi perché l'ambulatorio è stato gestito da me e da 2 colleghe dietiste che lavorano in Area Nord, la **Dr.ssa Monzali Elisa** (che tra l'altro sta seguendo anche lei un master in nutrizione oncologica all'istituto nazionale tumori di Milano, come l'ho seguito io a Pavia) e la **Dr.ssa Rovesti Susanna**, perché **crediamo fortemente che la nutrizione sia un tema importante, in tutti i setting della malattia oncologica**, ed in modo diverso, parliamo di nutrizione di un certo tipo, improntata in un certo modo, nel paziente in terapia attiva con una malattia presente, parliamo di una nutrizione di un altro tipo quando parliamo di prevenzione, sia essa primaria che terziaria, quindi ho avuto la malattia e devo attuare degli atteggiamenti, devo sposare uno stile di vita per ridurre il rischio che la malattia ritorni.

Accanto ovviamente ad impostare quella che abbiamo cercato fosse una dieta più adeguata possibile per ogni persona, perché è chiaro che non è la dieta scritta sul foglio, queste sono persone che hanno affrontato una malattia oncologica e che solitamente stanno ancora facendo, laddove sono donne magari con una pregressa ne-

oplasia mammaria una terapia ormonale, che comporta, spesso facilita l'aumento di peso quindi i consigli alimentari sono stati adeguati ad ogni paziente. Noi non abbiamo fornito diete da seguire in modo stretto anche perché non avevamo la possibilità poi di rivedere il paziente a breve ma non crediamo nemmeno che fornire una dieta precisa da seguire sia la soluzione, non è il fatto di dover perdere Kg di peso in un tempo determinato, quello che volevamo ottenere era far capire qual è l'atteggiamento giusto, qual è lo stile di vita corretto da seguire per la malattia avuta ma anche per giocare appunto sulla prevenzione. Quindi abbiamo fornito consigli alimentari e abbiamo cercato di stimolare quanto più possibile il movimento, sottolineando quanto l'attività fisica sia fondamentale e preponderante a scopo di prevenzione e quanto poca ancora se ne faccia.

Sugeriamo inoltre l'attività fisica mirata, perché molto spesso in tutte quelle che sono le difficoltà comportate dai trattamenti, dalla chirurgia, quando parliamo di lungosopravviventi, parliamo comunque di limitazioni che si manifestano dovute ai trattamenti stessi, i dolori articolari, il deficit di massa ossea e le cicatrici che limitano il movimento che tirano che lasciano comunque una sensazione di parestesia, sono tutte piccole cose che però a lungo andare nella quotidianità possono essere limitanti.

L'esercizio fisico insieme appunto ad una

dieta adeguata possono sicuramente aiutare a ristabilire una sorta di equilibrio nella vita di queste persone perché molte si trovano poi a dover affrontare effettivamente diverse problematiche che si portano avanti dal pre-malattia, la malattia diciamo ne ha portate poi altre che si sono aggiunte, quindi ogni persona veniva col proprio bagaglio di problemi, a volte abbiamo fatto anche un pò da psicologhe per quanto non lo siamo ma, per il lavoro che facciamo spesso ti trovi a dover affrontare anche tutta la componente emotiva; a volte il carico emotivo è il principale problema. Comunque grazie perché è stata una bella esperienza molto motivante anche per me e per le colleghe dietiste, porto anche le loro parole perché ne abbiamo parlato e grazie a voi per questa splendida opportunità, speriamo veramente che ci possa essere una replica ma perché abbiamo percepito una grande necessità e anche la volontà di rivederci, diverse persone ci hanno chiesto “Potrò tornare? Come funziona? Mi rivedrete?” quindi ovviamente non abbiamo dato delle risposte certe e abbiamo spiegato loro che quello era un ambulatorio fatto ad hoc per questo periodo e che potevamo fornire loro tutti i consigli necessari e che poi insomma se ci fosse stata la possibilità ci saremmo poi riviste eventualmente in futuro.

Ringrazio tutti.

Dr.ssa Debora Pezzuolo