

Presentazioni

Per un approccio nutrizionale clinico di routine in geriatria, <i>Romano Marabelli</i>	XIII
L'importanza di una filosofia operativa interdisciplinare in geriatria, <i>Bruno Solerte, Giovanni Ricevuti</i>	XIV
Dalla scienza alla tavola: l'importanza delle ricette della salute, <i>Carla Favaro</i>	XV
Introduzione , <i>Mariangela Rondanelli</i>	XVII

PARTE PRIMA. ALIMENTAZIONE

1. I cambiamenti nella composizione corporea associati all'invecchiamento <i>Mariangela Rondanelli, Maurizio Naso, Simone Perna, Francesca Monteferrario</i>	3
2. Formule specifiche per il calcolo del metabolismo basale e del dispendio energetico e per la stima di peso ed altezza nel soggetto anziano <i>Francesca Monteferrario, Raffaella Pozzi, Mariangela Rondanelli</i>	9
3. La piramide alimentare ed i fabbisogni per la popolazione anziana <i>Mariangela Rondanelli, Gabriella Peroni, Francesca Monteferrario</i>	15
4. Valori di riferimento (LARN) per la dieta in età geriatrica <i>Luca Scalfi, Giulia Cairella</i>	23
5. Fabbisogno idrico: la scelta dell'acqua da assumere per l'anziano <i>Mariangela Rondanelli, Milena Faliva</i>	35
6. Alterazioni del gusto e dell'olfatto <i>Francesca Monteferrario, Mariangela Rondanelli</i>	41
7. Programmazione del dietetico in comunità per anziani <i>Mariangela Rondanelli, Chiara Donelli, Erica Repaci</i>	57
8. Controllo dell'assunzione dietetica <i>Francesca Monteferrario, Milena Faliva, Mariangela Rondanelli</i>	67
9. Attività fisica e salute nell'anziano <i>Michelangelo Giampietro, Carla Consoni</i>	71

10. La fragilità nel paziente anziano e l'assessment geriatrico multidimensionale <i>Fabio Guerriero, Carmelo Sgarlata, Marco Rollone</i>	97
11. Valutazione dello stato di nutrizione <i>Mariangela Rondanelli, Francesca Monteferrario</i>	107
12. Valutazione della composizione corporea mediante densitometria a doppio raggio X <i>Mariangela Rondanelli, Giada Cota, Simone Perna</i>	117
13. Valutazione della composizione corporea mediante impedenziometria vettoriale <i>Mariangela Rondanelli, Erica Repaci, Jacopo Talluri, Riccardo Caccialanza</i>	121
14. Forza di presa della mano e stato di salute nell'anziano <i>Luca Scalfi, Maria Grazia Santaniello</i>	131
15. Ruolo dell'alimentazione nella promozione dell'invecchiamento attivo <i>Marisa Porrini</i>	141
16. Il microbiota intestinale nell'anziano <i>Annamaria Castellazzi, Mariangela Rondanelli</i>	147

PARTE SECONDA. NUTRIZIONE

17. Malnutrizione per difetto <i>Mariangela Rondanelli, Emanuele Cereda, Riccardo Caccialanza</i>	159
18. Malnutrizione per eccesso <i>Mariangela Rondanelli, Riccardo Caccialanza, Emanuele Cereda</i>	169
19. Ulcere da pressione <i>Emanuele Cereda</i>	175
20. Osteoporosi, osteopenia e prevenzione delle fratture <i>Mariangela Rondanelli, Neldo Antoniello, Simone Perna</i>	183
21. Sarcopenia <i>Mariangela Rondanelli, Francesca Monteferrario, Simone Perna</i>	197
22. Alterazioni del tono dell'umore e del sonno <i>Mariangela Rondanelli, Erica Repaci, Francesca Allieri</i>	227
23. Stipsi nell'anziano <i>Attilio Giacosa, Mariangela Rondanelli</i>	237
24. Diverticolosi del colon <i>Attilio Giacosa, Mariangela Rondanelli</i>	245
25. Mild cognitive impairment e demenza <i>Mariangela Rondanelli, Milena Faliva, Simone Perna</i>	255
26. Problemi nutrizionali del paziente oncologico <i>Attilio Giacosa, Maurizio Muscaritoli, Mariangela Rondanelli</i>	263
27. Dislipidemie <i>Mariangela Rondanelli, Attilio Giacosa, Erica Repaci, Francesca Monteferrario, Antonella Riva, Paolo Morazzoni</i>	279

28. Alterazioni della deglutizione <i>Mariangela Rondanelli, Francesca Allieri, Erica Repaci</i>	295
29. Ipertensione arteriosa <i>Francesca Sardi, Mariangela Rondanelli, Francesca Monteferrario, Giovanni Ricevuti</i>	311
30. Diabete ed impaired fasting glycemia <i>Mariangela Rondanelli, Marisa Fioravanti, Francesca Allieri, Bruno Solerte</i>	323
31. Insufficienza renale cronica <i>Mariangela Rondanelli, Milena Faliva, Chiara Donelli, Simone Perna</i>	345
32. Morbo di Parkinson <i>Mariangela Rondanelli, Gabriella Peroni, Maurizio Naso, Simone Perna</i>	361
33. Patologie epatiche e ruolo degli ultrasuoni nelle epatopatie croniche <i>Giovanna Ferraioli, Mariangela Rondanelli, Francesca Allieri, Raffaella Lissandrin, Mabel Zicchetti, Carlo Filice</i>	369
34. Integratori alimentari: inquadramento normativo e indicazioni per un uso corretto <i>Stefania Dalfrà, Maria Laura Colombo, Lucia De Iuri, Valeria Di Giorgi, Francesca Floridi, Massimo Leonardi, Ambra Rolfo, Sandra Baccari, Bruno Scarpa</i>	389
35. Alimenti a fini medici speciali <i>Stefania Dalfrà, Lucia De Iuri, Valeria Di Giorgi, Massimo Leonardi, Bruno Scarpa</i>	401
36. La nutrizione artificiale in età geriatrica <i>Lorenzo Maria Donini, Maurizio Muscaritoli</i>	411
37. La nutrizione artificiale domiciliare nel paziente geriatrico <i>Mariangela Rondanelli, Riccardo Caccialanza, Alessandra Mauri, Agostino Paccagnella</i>	419
Appendice 1. Indici e scale di valutazione <i>Mariangela Rondanelli</i>	433
Appendice 2. Ricette della salute per il soggetto anziano <i>Mariangela Rondanelli, Milena Faliva</i>	463
Appendice 3. Casi clinici <i>Mariangela Rondanelli, Simone Perna, Chiara Donelli, Gabriella Peroni, Milena Faliva</i>	495
Appendice 4. Esempi di menù giornaliero in comunità per anziani <i>Mariangela Rondanelli</i>	543
Indice analitico	545

L'idea di questo testo è nata in tanti anni di professione medica e di attività didattica, affrontando quotidianamente i mille problemi alimentari e nutrizionali di pazienti anziani ospedalizzati per patologia o istituzionalizzati senza disturbi specifici.

Chi è l'anziano? La più bella definizione che ho avuto modo di incontrare venne proprio da un ultraottantenne che ebbe a dirmi: "Nato prima! Mi chiami così perché così è". E se per un bambino l'approccio terapeutico corretto non è sempre e semplicemente quello di diminuire la posologia farmacologica di un adulto in funzione del peso o della superficie corporea, altrettanto vale per un anziano. Infatti per "chi è nato prima" l'approccio clinico, diagnostico e terapeutico non deve tenere conto solo dell'anagrafe (età >65 anni), ma di tanti altri parametri biologici, della storia anamnestica, degli aspetti cognitivi, della situazione sociale, culturale e psico-fisica.

L'alimentazione e le implicazioni nutrizionali sono il mio sapere e la mia quotidiana attività clinica, e questo libro vuole fare il punto sui principi cardine e sulle linee guida nutrizionali che dovrebbero guidare le scelte da accompagnare alle proposte terapeutiche che ogni medico giornalmente effettua nei confronti di soggetti e pazienti "nati prima".

Il libro contiene capitoli che affrontano sia temi relativi alle scelte alimentari atte a favorire la prevenzione di patologie ed il mantenimento della salute per chi è anziano e sta bene, effettua attività fisica e vive una vita sociale attiva e consona alla sua età, sia temi relativi alla terapia nutrizionale specifica in patologie particolarmente frequenti nell'età geriatrica. Un'attenzione particolare è dedicata alle modificazioni fisiologiche della composizione corporea nell'età avanzata, con partico-

lare riferimento a osteopenia, osteoporosi e sarcopenia.

Le anomalie nutrizionali per difetto e per eccesso sono oggetto di capitoli specifici. In questo caso, come in tutti i capitoli del testo, particolare attenzione è stata dedicata agli aspetti pratici, con frequenti sinossi sui punti salienti dell'intervento alimentare o nutrizionale atto a correggere o compensare il difetto, il problema, la patologia.

Altri capitoli sono dedicati alle problematiche particolarmente frequenti nell'anziano, quali le patologie d'organo, come ad esempio le epatopatie, o le patologie funzionali, come la stipsi, o le patologie metaboliche, come il diabete e le dislipidemie.

Particolare attenzione viene poi dedicata alle patologie degenerative, con specifico riferimento all'oncologia, alle malattie neurologiche (quali la patologia di Parkinson e le alterazioni della deglutizione) e cognitive (quali il morbo di Alzheimer e le alterazioni del tono dell'umore).

Tutti questi capitoli sono stati strutturati in modo simmetrico, così da rendere più facile la consultazione, partendo dall'epidemiologia della patologia in ambito specificatamente geriatrico, passando per le cause e la diagnosi, per arrivare infine alla prevenzione ed al trattamento nutrizionale.

Un'ampia parte del testo è poi dedicata all'argomento integratori alimentari, alimenti a fini medici speciali (AFMS) e fitoterapici, sia dal punto di vista legislativo che dal punto di vista clinico. In ambito geriatrico infatti l'utilizzo degli integratori, degli AFMS e dei fitoterapici può essere, in associazione alla specifica dietoterapia, un'utilissima e valida arma per la prevenzione e cura di numerose patologie, quali le dislipidemie e l'alterata glicemia a digiuno.

La nutrizione artificiale, che ha un ampio spazio sia nell'attività clinica ospedaliera che nell'attività domiciliare, è trattata nel testo in modo specifico per la popolazione geriatrica, proprio per le diverse necessità che ha questa fascia di popolazione fragile, rispetto all'adulto.

Un particolare ringraziamento va agli amici e colleghi ed ai miei collaboratori con cui ho condiviso la stesura della gran parte dei capitoli. Ringrazio inoltre sentitamente per il loro prezioso ed irrinunciabile contributo i colleghi e gli esperti che hanno firmato in modo autonomo alcuni capitoli del testo.

Mi auguro che chi legge e consulta questo testo ne tragga idee e suggerimenti per migliorare l'efficacia e l'efficienza del suo quotidiano lavoro clinico in ambito geriatrico.

Dedico quest'opera a tutti gli anziani che manifestano problemi alimentari o nutrizionali, augurandomi che possa guidare in modo positivo e utile le scelte e le indicazioni dei colleghi medici e di tutto il personale sanitario che ha cura dei soggetti "nati prima".

Mariangela Rondanelli