# INTOLLERANZE, DISTURBI ALIMENTARI E SINDROME METABOLICA

## Prevenzione, diagnosi e trattamento

D'Amore Hospital
Taranto

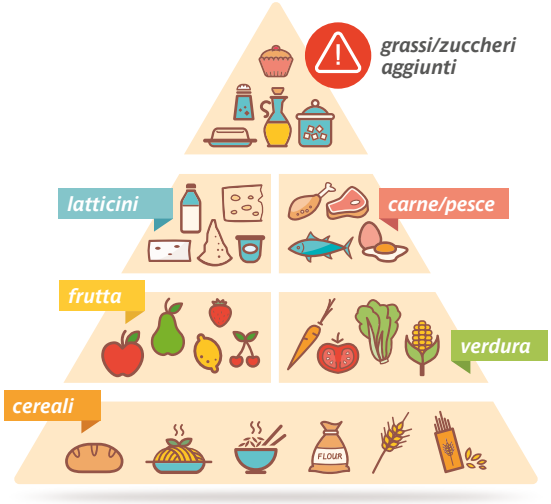
GVM
CARE & RESEARCH

# SALUTE E ALIMENTAZIONE

Una sana e corretta alimentazione gioca un ruolo fondamentale per la nostra salute ma prima ancora è importante **l'educazione ad un corretto comportamento alimentare**.

È fondamentale intervenire sulle abitudini alimentari che spesso hanno alla base eccessi di **proteine**, soprattutto animali, eccessi di **grassi**, in particolare quelli saturi, scarsa presenza di carboidrati con eccesso di **zuccheri a rapido assorbimento**, che minano silenziosamente il nostro benessere.

Con l'aiuto di uno specialista è possibile migliorare le proprie abitudini alimentari e introdurre a tavola modifiche concrete fatte di controllo delle porzioni, maggior consumo di frutta e verdura, riduzione dei grassi e gestione oculata di spuntini e bibite zuccherate.




## LE PATOLOGIE

### L'INTOLLERANZA ALIMENTARE

è una reazione avversa all'alimento dovuta ad un deficit enzimatico. L'accumulo dell'alimento o parte di esso all'interno dell'apparato digerente può causare vari problemi come ad esempio vomito, diarrea, meteorismo, nausea, gonfiore. Le intolleranze alimentari si manifestano quando il corpo non riesce a metabolizzare un alimento o un componente di esso e, a lungo andare, possono causare **disturbi cronici a livello gastrointestinale, dermatologico e respiratorio**.

### LA CELIACHIA

è un'intolleranza permanente al glutine, proteina presente nel frumento e in altri cereali. Il glutine è una sostanza che si ritrova in tutte le farine e in tutti gli alimenti come pasta, pane, pizza e biscotti. Sono più di 172 mila le persone, in particolare donne, colpite in Italia da questa problematica che determina una **infiammazione cronica dell'intestino**. Nello specifico la celiachia riduce la presenza dei villi intestinali, parti essenziali della mucosa intestinale che assorbe le sostanze nutritive dei vari alimenti ingeriti. Nell'individuo celiaco, la regressione dei villi causa scompensi e malnutrizione. In genere alla base del disturbo c'è una predisposizione genetica.

## LA SINDROME METABOLICA

è una condizione presente nel 20-25% della popolazione generale ed è caratterizzata da obesità viscerale, dislipidemia, alterazioni del metabolismo glucidico ed ipertensione arteriosa. Pazienti affetti da sindrome metabolica presentano un rischio maggiore di sviluppare complicanze cardiovascolari e diabete mellito.

## I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE (DCA)

sono patologie caratterizzate da un'alterazione delle abitudini alimentari e da un'eccessiva preoccupazione per il peso e per le forme del corpo. Insorgono prevalentemente durante l'adolescenza e colpiscono soprattutto il sesso femminile. I comportamenti tipici di un disturbo dell'alimentazione sono: la diminuzione dell'introito di cibo, il digiuno, le crisi bulimiche, il vomito, l'uso di anoressizzanti e diuretici allo scopo di controllare il peso.

# PREVENZIONE, DIAGNOSI E TRATTAMENTO

Il **Servizio di Nutrizione Clinica** è specializzato nella prevenzione, diagnosi e trattamento dei disturbi alimentari e della sindrome metabolica e anche nello studio delle intolleranze alimentari.

Ai pazienti vengono proposte diete personalizzate sulla base di una approfondita attività diagnostica. Nella valutazione da parte dello specialista, il paziente viene seguito in ogni momento, dall'ascolto, in primis, con un'attenta anamnesi fino alla programmazione del piano dietetico.

## PIANI ALIMENTARI PERSONALIZZATI

I piani alimentari vengono personalizzati per diverse situazioni fisiologiche e patologiche:

- gravidanza
- attività sportiva
- infanzia
- adolescenza
- terza età
- obesità
- sottopeso
- diabete
- dislipidemie
- malattie apparato digerente
- ipertensione
- celiachia
- intolleranze
- allergie alimentari

Grazie all'impiego di una strumentazione dedicata e tecnologicamente avanzata, il Biologo Nutrizionista predispone **un percorso di nutrizione** che ha come obiettivo la sostenibilità della dieta, vista dal paziente come un'opportunità per stare meglio, per migliorare le terapie in corso ma soprattutto per **ridurre i fattori di rischio** riscontrati dal punto di vista clinico.

## LA VISITA NUTRIZIONALE

La visita nutrizionale rappresenta il primo contatto tra specialista e paziente. Il colloquio ha una importanza centrale per instaurare un rapporto di fiducia ed eliminare l'eventuale senso di disagio del paziente, per poi portare allo sviluppo successivo di un piano terapeutico. Nel corso della visita, lo specialista esamina tutti gli aspetti della persona che ha di fronte e la informa sugli step successivi per cominciare insieme **un percorso finalizzato ad apprendere l'educazione alimentare, imparare** dunque **a mangiare bene e meglio per recuperare il benessere fisico e anche psicologico**.

Il Biologo Nutrizionista definisce **lo stato nutrizionale del paziente** valutando il quadro clinico, gli esami ematochimici con particolare attenzione agli indici nutrizionali e ai parametri antropometrici; una volta fatta la diagnosi, vengono eseguiti una serie di esami che possono essere:

- Valutazione del metabolismo basale e del dispendio energetico giornaliero
- Antropometria e Plicometria
- Adipometria (ecografia tessuto adiposo e muscolare)
- Saturimetria notturna per lo studio del metabolismo
- Elaborazione del somatotipo e delle curve di crescita
- Valutazione della composizione corporea con bioimpedenziometria professionale (BIVA)

### CHECK UP NUTRIZIONALE

- Insulina
- Glicemia
- HB-Glicata
- Ferro (Sideremia)
- Ferritina
- TSH
- FT3
- FT4
- Anticorpi Anti-Tireoperossidasi
- Anticorpi anti-recettore della Tireotropina
- Anticorpi Anti-Tireoglobulina
- Prolattina
- Cortisolo
- Lipasi
- Amilasi

**totale pacchetto € 90**

## LA BIOIMPEDENZIOMETRIA

È una tecnica che permette la **valutazione della composizione corporea** e lo stato di idratazione tramite la misura in continuo delle proprietà elettriche dei tessuti. In particolare, è possibile ottenere vari parametri:

- Acqua extracellulare (ECW)
- Acqua intracellulare (ICW)
- Massa cellulare (BCM)
- Massa magra (FFM)
- Massa grassa (FM)
- Metabolismo basale correlato alla massa cellulare

## L'ANTROPOMETRIA E PLICOMETRIA

L'analisi antropometrica e plicometrica consistono nella valutazione delle caratteristiche fisiche strutturali del paziente tramite **la misura del peso, delle lunghezze, delle circonferenze e delle pliche corporee**. Grazie all'Indice di Massa Corporea (IMC), si è in grado di valutare in prima analisi lo stato nutrizionale di un soggetto, che spazia dalla malnutrizione all'obesità.

## L'ADIPOMETRIA

L'adipometro permette di misurare, con estrema precisione, **lo spessore dello strato di grasso sottocutaneo (in millimetri) e lo spessore del muscolo (in millimetri)** e permette di valutare lo stato di questi strati. La stratigrafia del tessuto adiposo consente di eseguire una scansione bidimensionale delle sedi anatomiche, in cui si desidera valutare la reale morfologia dei pannicoli adiposi e delle fasce muscolari ed eventualmente la loro evoluzione a seguito di una dieta opportunamente strutturata su misura.

## LO STUDIO DELLE INTOLLERANZE ALIMENTARI

L'indagine utilizzata per individuare delle possibili reazioni avverse agli alimenti consiste nell'individuare l'alimento sospetto, eliminarlo dalla dieta per 2-3 settimane e poi reintrodurlo per altre 2-3 settimane. Se i sintomi scompaiono durante il periodo in cui viene abolito l'alimento e si ripresentano nel momento in cui viene reintrodotto nella dieta si tratta di una reazione avversa al cibo.

## L'HANDGRIP TEST

Il dinamometro è uno strumento professionale, preciso e non invasivo che permette di **valutare la forza contrattile dei muscoli flessori**:

- per la valutazione dello stato nutrizionale
- come indicatore della forza muscolare generale
- come strumento per scoprire la sarcopenia

## LA SATURIMETRIA NOTTURNA

Il saturimetro è un'apparecchiatura medica che, in maniera non invasiva, permette di misurare **la quantità di emoglobina ossigenata nel sangue**. Con questo esame è possibile valutare la saturimetria notturna e studiare il metabolismo.

GVM
CARE & RESEARCH

**Per informazioni e prenotazioni**

**099.7704500**

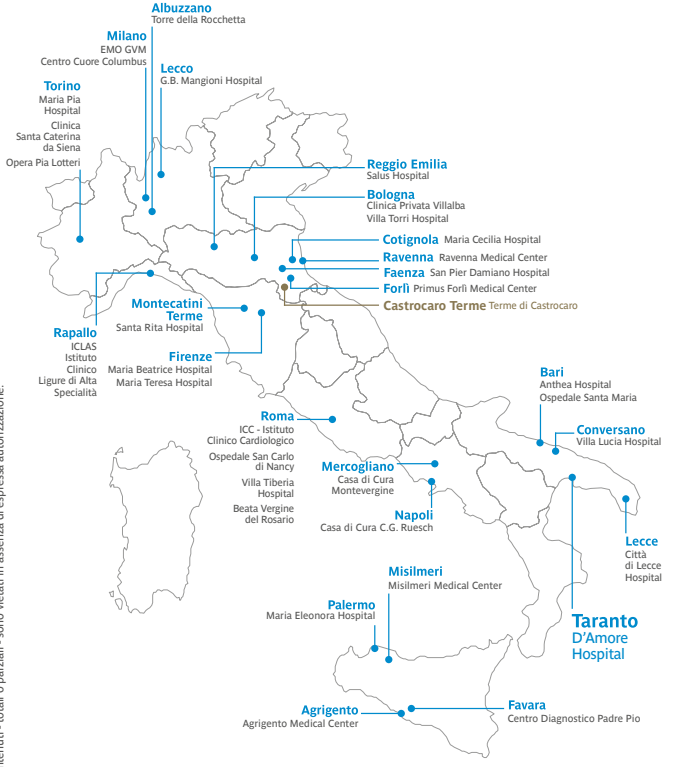
dal lunedì al venerdì
dalle ore 8.00 alle ore 20.00;
il sabato dalle ore 8.00 alle ore 14.00

**Dott. Michele Pastorelli**
Biologo Nutrizionista

**D'Amore Hospital** fa parte di GVM Care & Research, Gruppo Italiano che si compone di oltre 40 Ospedali e Poliambulatori in Italia e in Europa. Una rete di strutture avanzate, capillari sul territorio, contraddistinte da elevati standard di qualità e tecnologia.

L'ospedale è accreditato con il Servizio Sanitario Nazionale e convenzionato con fondi sanitari integrativi, assicurazioni sanitarie, enti e casse mutue.

## STRUTTURE SANITARIE GVM IN ITALIA





**D'AMORE HOSPITAL**
viale Magna Grecia, 62
74121, Taranto
Tel. 099.7704111


**www.gvmnet.it**

*Informazioni contenute nella carta dei servizi*

Direttore Sanitario Dottor Gianvito Schena
Aut. San. D.D. N°90 del 12/04/2011

DAH-07-10.17-S-ITA


© Copyright - GVM Care & Research
Tutti i diritti sono riservati. L'utilizzo e la riproduzione dei contenuti - totali o parziali - sono vietati in assenza di espressa autorizzazione.