

Chi mangia poco si ammala di più e non guarisce

di Maria Grazia Piccaluga

**«Gli anziani
e i poveri
i più a rischio»**

PAVIA. «Quando un anziano arriva da noi riusciamo subito a capire se a casa è solo o se ha una badante, una moglie, una famiglia che lo assiste e gli sta vicino» spiega il professor Giovanni Ricevuti, docente di Geriatria all'Università e responsabile del reparto all'Istituto Santa Margherita.

Da cosa lo capite?

«Chi vive solo è pelle e ossa, in uno stato di decadimento anche mentale oltre che fisico».

Gli anziani hanno pochi soldi. È una dieta altrettanto povera.

«Purtroppo è così. Poche proteine e poche calorie. Portano in tavola latte, formaggi molli, pane. Ma la causa è anche un'altra: invecchiando si deglutisce male, si digerisce poco e non si assorbe quel che si è ingerito. C'è chi ha problemi a masticare per via della dentiera e chi i denti, per gli stessi motivi economici, non li ha più».

La malnutrizione apre la porta ad altri problemi.

«Accentua il rischio Alzheimer, quello di contrarre infezioni e deficit immunitari e riduce la capacità di socializzazione perché chi non mangia poi è debole, non esce, non cammina». (m.g.p.)

PAVIA. Carne e pesce sono un lusso. Qualche proteina, quando capita, con un uovo. I pasti degli anziani sono parchi. Per mancanza di soldi e per solitudine.

Riccardo Caccialanza al centro con lo staff del servizio Nutrizionale

Una pensione troppo bassa, uno stipendio che viene a mancare e costringe tutta la famiglia a tirare la cinghia. Ma anche una vita sulla strada, di notte su una panchina e di giorno ciondolando a caccia di un luogo caldo. Sono tanti i poveri. Sempre di più.

E nessuno di loro mangia bene, comunque non abbastanza.

**I nutrizionisti pavesi
hanno preso in esame
quasi 1300 pazienti**

«Mangiando poco e male ci si ammala più facilmente — spiega Riccardo Caccialanza, responsabile

del servizio di Nutrizione clinica del San Matteo —. E guarire diventa più difficile. L'abbiamo verificato esaminando 1274 pazienti italiani, ricoverati al policlinico tra il 2006 e il 2009».

Il più grande studio inter-



nazionale sulla malnutrizione di pazienti ricoverati nelle strutture ospedaliere negli ultimi dieci anni, condotto da Caccialanza in collaborazione con il professor Paolo Dionigi e pubblicato sul Canadian medical association journal. «I ricoverati che già all'ingresso hanno carenze nutrizionali sono quasi il 40%. Guariscono più lentamente, aumentano i costi di gestione ospedaliera, rispondono male alle terapie e hanno un tasso maggiore di mortalità — spiega Caccialanza —. A rischio maggiore sono anziani, poveri e chi deve affrontare un tumore».

L'altra faccia della medaglia. «Ormai preoccupiamo dei nostri figli troppo grassi o obesi — dice Caccialanza — ma c'è anche questa realtà, quantitativamente molto più diffusa: la malnutrizione». E riguarda due ca-

tegorie principalmente: i poveri, indipendentemente dall'età e che siano donne o uomini. E gli anziani che, con pochi soldi, mettono sempre meno nel cestino della spesa. E poi ci sono i malati oncologici che, sottoposti a trattamenti radioterapici, non possono mangiare adeguatamente per gli effetti collaterali delle cure che provocano inappetenza. «Da tempo al San Matteo lavoriamo con diversi reparti per studiare il supporto nutrizionale più adeguato — dice Caccialanza —, e seguiamo anche i pazienti dimessi costretti all'alimentazione artificiale».

INDAGINE AL SAN MATTEO

Anziani e poveri poco nutriti Così si allunga la malattia



PAVIA. Un paziente su due, di quelli ricoverati in ospedale, è malnutrito. I più a rischio, secondo uno studio del servizio Nutrizione del San Matteo (Caccialanza nella foto), sono anziani che vi-

vono soli, poveri, ma anche malati di tumore in terapia.