

Pensioni magre e il piatto langue Malnutrito un anziano su due

Indagine del San Matteo: evitati carne e pesce perchè cari e la salute peggiora

Manuela Marziani
PAVIA

I NOSTRI ANZIANI sono sempre più longevi, ma malnutriti perché faticano a mettere insieme il pranzo con la cena. La crisi e le difficoltà economiche stanno condizionando sempre più le scelte alimentari e a subirne le maggiori conseguenze è la fascia degli over65. L'allarme è stato lanciato da uno studio del Servizio di Dietetica e Nutrizione Clinica del San Matteo di Pavia che analizzando 667 loro pazienti con un'età superiore ai 65 anni dal 2009 al 2012 ha riscontrato come il 58% presenti caratteristiche di malnutrizione all'ingresso in ospedale e oltre il 33% risulti ad alto rischio.

«È UN DATO preoccupante soprattutto per le conseguenze che la malnutrizione comporta — spiega Riccardo Caccialanza, responsabile della Nutrizione Clinica del San Matteo e segretario nazionale della società italiana di nutrizione artificiale e metabolismo (Sinpe) — una degenza più lunga, complicanze maggiori durante i ricoveri, frequenti riospedalizzazioni e maggiore mortalità». A complicare la vita degli anziani

L'ITALIA ha la percentuale più alta in Europa di over80: il 5,8% della popolazione secondo il censimento 2011 e la percentuale di over65 è cresciuta dal 19% nel 2003 al 21,1% nel 2013. Siamo anche il Paese in cui il 30% degli anziani con più di 65 anni vive da solo. Il record spetta alle donne, con il 37,5% contro il 14,5% degli uomini. Il 55% degli over65 è costretto a vivere con un reddito mensile inferiore ai 1000 euro. Tra questi, uno su quattro, non raggiunge i 500 euro. I dati Istat mostrano come negli ultimi sette anni la spesa media mensile di un anziano che vive solo cresce solo nelle componenti dei costi per abitazione ed energia (+2,9%) e trasporti (+0,7%), mentre è stata ridotta quella per il cibo (-1,7%).

a tavola non ci sono solo alcuni problemi clinici come patologie neurologiche, infettive e oncologiche che comportano perdita dell'appetito e difficoltà organiche: «C'è, sempre più spesso, un problema economico — sottolinea Caccialanza —. Carne e pesce si mangiano poco perché costano di più. Ciò significa diminuire le proteine per la salute di muscoli e ossa. E a una certa età sostituire queste fonti proteiche con cereali e legumi, che costano meno, può incidere sulla salute intestinale». Eppure, la malnutrizione si potrebbe prevenire attraverso una maggiore collaborazione tra specialisti e medici di famiglia. «I medici di famiglia do-

vrebbero pesare i pazienti anziani a ogni visita — raccomanda Caccialanza — per valutare l'andamento ponderale nel tempo e valutare a ogni visita se ci sono segni iniziali di alimentazione difficoltosa. Alle prime avvisaglie poi dovrebbero inviarli agli specialisti. Al San Matteo abbiamo uno strumento, la bioimpedenza vectoriale, che ci permette di conoscere in 2 minuti la massa grassa, la massa magra e il livello di idratazione di un paziente anche se allattato».

Quali rischi comporta essere malnutriti?

«Reagire meno bene alle cure, alle infezioni, avere minori benefici dalle terapie riabilitative. La durata della degenza dei pazienti malnutriti è quasi il doppio rispetto a chi non ha questo problema».

E i casi che non vengono diagnosticati?

«Per gli anziani che non entrano in ospedale e non vengono identificati come malnutriti si apre un reale problema. Nessuno rileva la qualità della vita che è strettamente correlata allo stato di nutrizione e peggiora progressivamente incidendo su relazioni sociali e autonomia».

manuela.marziani@diogiorno.net



Riccardo Caccialanza è responsabile di Nutrizione Clinica all'ospedale San Matteo di Pavia

L'ALLARME

I dati

Dall'analisi di 667 pazienti over65 giunti in ospedale è emerso che il 58% aveva problemi di malnutrizione con alti rischi per il 33% dei casi rilevati

I danni

La malnutrizione comporta degenze più lunghe, maggiori rischi di infezione, mortalità più elevata e progressiva riduzione dell'autonomia

IN BREVE

Brescia Spacca la mandibola dell'ex moglie a calci e pugni Cinquantenne in manette

BRESCIA. Frattura la mandibola a calci e pugni alla ex, 48 anni, romana, poi le sfonda la porta di casa e le ruba tutti i soldi. Arriva da Desenzano del Garda l'ennesima storia di violenza, vessazioni e atti persecutori. Lui, un 50enne italiano con alle spalle vari precedenti, è stato arrestato. Reati contestati: atti persecutori, lesioni e furto aggravati. L'epilogo di almeno di due anni di violenze, anche il matrimonio era franato per il comportamento manesco e aggressivo del cinquantenne.

Milano Consegna portafoglio trovato e rimedia coltellata Rintracciati i due aggressori

MILANO. Aveva trovato un portafoglio su una panchina e lo aveva restituito al proprietario, ma anziché un ringraziamento aveva rimediato l'accusa di aver «sfilato» venti euro per cui era stato picchiato e accoltellato. La buona azione lo scorso 13 aprile era costata una corsa in ospedale a un uomo di 33 anni, ieri la polizia hanno rintracciato il proprietario del portafoglio e l'amico autori dell'aggressione: un ragazzo di 22 anni e uno di 17. Entrambi con precedenti, sono stati arrestati per tentato omicidio e porto abusivo di armi.

Como Facevano la bella vita con donne ridotte in schiavitù 21 arresti tra Lario e Francia

COMO. Ventuno persone sono state arrestate tra Francia, Italia e altri paesi dell'Unione Europea in un'indagine della polizia di Lille (Francia), che ha sgominato un'organizzazione criminale che faceva prostituire ragazze africane in Francia e riciclava i proventi illeciti in Italia, in particolare nel Comasco. Quattro gli arresti in Italia (tre a Como e uno a Torino) eseguiti dalla Mobile: tratta di esseri umani e riciclaggio di proventi da crimine i reati contestati.