

[HOMEPAGE](#) > [Pavia](#) > Pensioni magre, il piatto langue: malnutrito un anziano su due.

Pensioni magre, il piatto langue: malnutrito un anziano su due

[Commenti](#)

Indagine del San Matteo: evitati carne e pesce perché cari e la salute peggiora
di *Manuela Marziani*



Inaugurato il nuovo Dea del Policlinico San Matteo (Foto Torres)

Pavia, 15 maggio 2014 - **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% risultati 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 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 dovrebbero 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 vettoriale, che ci permette di conoscere in 2 minuti la massa grassa, la massa magra e il livello di idratazione di un paziente anche se allettato».

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@ilgiorno.net