



Ambulatorio di Nutrizione Clinica e Dietologia

Per informazioni e prenotazioni:

CENTRO UNICO PRENOTAZIONI (CUP)

Orari: dal lunedì al venerdì
dalle 8.00 alle 20.00
sabato dalle 8.00 alle 13.00
Tel. **06.39976496**

PAGANTI E SANITÀ INTEGRATIVA:
ambulatorio Tel. **06.39976496**
ricovero Tel. **06.39976267**



www.ospedalesancarlodinancy.it

Ospedale San Carlo di Nancy fa parte di GVM Care & Research, Gruppo Ospedaliero italiano attivo in sanità, ricerca e benessere termale. 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 ed è convenzionato con Fondi Sanitari Integrativi, Enti, Casse Mutua e Assicurazioni Sanitarie.

DOVE SIAMO



Ospedale San Carlo Di Nancy
Via Aurelia, 275, 00165 Roma
Tel. 06.39976111

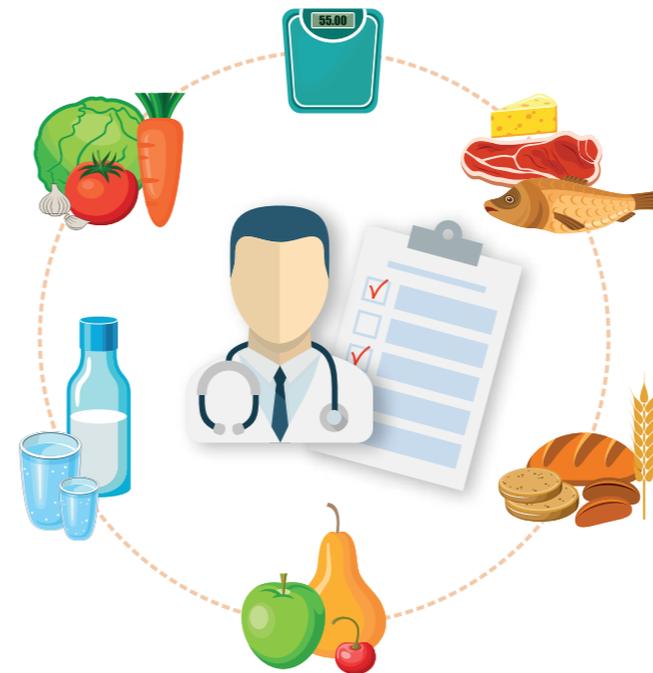
Direttore Sanitario Dottor Giuseppe Massaria
Aut. San. DCA numero 194/2016 del 31/05/2016
www.gvmnet.it



SCN-56-02.22-S-IT

NUTRIZIONE CLINICA E DIETOLOGIA

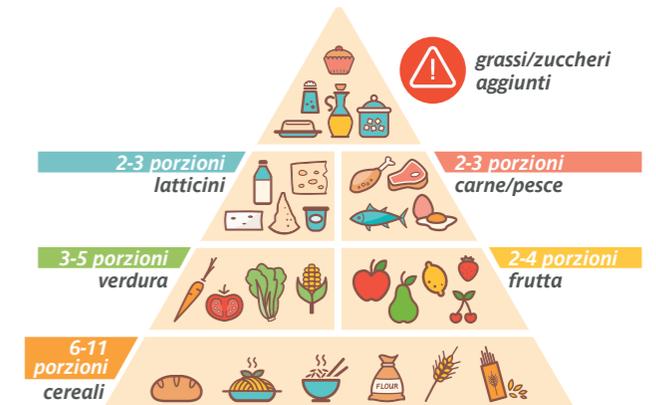
Mangiare sano per vivere meglio



DIETA E SALUTE

Parlare di dieta significa spesso associare a questa parola concetti come sacrificio o restrizione. In realtà, **dieta significa stile di vita** nell'accezione più ampia del termine. Riguarda tutte le sfaccettature che influenzano la nostra alimentazione: la scelta degli alimenti, la loro associazione, la preparazione e persino le modalità di consumo.

Oggi tendiamo a consumare il cibo spinti da messaggi e mode che spesso hanno conseguenze gravi sulla nostra salute. La dieta, sinonimo di **corretta alimentazione**, diventa fondamentale per rimettere in equilibrio quei fattori nutrizionali che incidono negativamente sull'organismo, dando origine a patologie o aggravando malattie e disordini metabolici.



La piramide del cibo per alimentarsi in modo vario e bilanciato

Ospedale San Carlo di Nancy
Roma



AMBULATORIO DI NUTRIZIONE CLINICA E DIETOLOGIA

Presso l'Ambulatorio è possibile intraprendere un percorso mirato a **correggere patologie legate a errori dietetici** o causati dall'alimentazione stessa.

Per programmare un approccio correttivo, durante la prima visita viene effettuata l'**anamnesi generale** (cioè la storia medica del paziente), il diario dei consumi alimentari e la misurazione dei parametri antropometrici (peso, altezza, circonferenza vita, addome e fianchi) e dell'**Indice di Massa Corporea**. Per una valutazione più approfondita, sono necessari gli esami del sangue e, in alcuni casi, delle **indagini diagnostiche** particolari, come l'ecografia del fegato e delle vie biliari, la colonscopia e la gastroscopia. Tenendo conto di eventuali patologie metaboliche o gastroenterologiche, al paziente viene prescritto uno **schema nutrizionale personalizzato** che prevede anche il consumo di alimenti ricchi di antiossidanti.

Le successive visite nutrizionali vengono stabilite secondo le necessità individuali e hanno, generalmente, una cadenza mensile.



A DIAGNOSI E LA CURA DELLE MALATTIE METABOLICHE

Con il termine **Sindrome Metabolica** si definisce l'insieme di alterazioni (ne bastano tre) che espongono a un rischio maggiore di malattie cardiovascolari (ictus e infarto) e al diabete di tipo II: **aumento di grasso a livello dell'addome**, diminuzione del colesterolo buono HDL, livelli alti dei trigliceridi, ipertensione arteriosa, glicemia a digiuno uguale o superiore a 100 mg/dl. Si tratta di un **problema dilagante nei paesi industrializzati**, favorito dall'alimentazione scorretta e dalla sedentarietà.



Una volta identificata la Sindrome Metabolica viene messo a punto il programma per **correggere i parametri** a rischio di alterazione o già alterati, valutando anche la presenza di alcune patologie associate, come la steatosi epatica e i polipi nel colon-retto.

VISITE PRE E POST - INTERVENTO CHIRURGIA BARIATRICA

È importante programmare un calo ponderale con il **giusto apporto proteico** al fine di essere ben preparati all'intervento chirurgico. Tramite un ciclo di visite (a 1 mese, 2 mesi e 3 mesi post-intervento chirurgico) è possibile programmare uno schema alimentare per il paziente che sia associato ad apporto vitaminico e all'analisi e visione degli esami prescritti alla dimissione.

LA PREVENZIONE NASCE A TAVOLA

È ormai riconosciuto che le nostre scelte alimentari, combinate a uno stile di vita attivo, possono proteggerci da patologie gravi come le malattie neurodegenerative, le malattie cardiovascolari e i tumori. La capacità degli alimenti di **rafforzare le difese dell'organismo** e prevenire l'insorgenza o la recidiva di queste patologie viene chiamata **chemioprevenzione alimentare**. Una dieta equilibrata, che eviti cibi grassi e ra nati e preveda un consumo quotidiano di **alimenti ad alto contenuto di antiossidanti**, può combattere la formazione di radicali liberi e proteggere il nostro DNA, prevenendo lo sviluppo di alcuni tumori.



L'Ambulatorio svolge attività di educazione all'alimentazione, correggendo le abitudini alimentari e proponendo ai pazienti **scemi nutrizionali finalizzati alla prevenzione**.

A CHI SI RIVOLGE LA DIETOTERAPIA?

Prendersi cura della propria alimentazione è importante in ogni momento della vita. Per questo le visite nutrizionali sono consigliate non solo ai pazienti che presentano particolari patologie, ma anche ai più giovani per **garantire uno sviluppo sano** ed equilibrato, agli anziani per **prevenire problemi di malnutrizione**, garantendo una buona salute, alle donne in gravidanza o in menopausa e, infine, agli sportivi, perchè dal cibo traggano l'energia necessaria per migliorare la performance agonistica.

In generale la dietoterapia può essere indicata in diverse condizioni cliniche come: obesità e sovrappeso, magrezza, ipercolesterolemia, ipertrigliceridemia, ipertensione, diabete, malattie infiammatorie croniche intestinali, celiachia, intolleranza al lattosio, malattia diverticolare del colon, sindrome dell'intestino irritabile, stipsi e diarrea, malattia da reflusso gastro-esofageo, dispepsia, steatosi epatica, osteoporosi, prevenzione del tumore del colon-retto.

Dato l'ampio numero di pazienti a cui può essere consigliata una terapia nutrizionale, l'Ambulatorio lavora in **sinergia con le altre specialità mediche** proponendo consulenze in ambiti legati all'alimentazione, come la diabetologia, la cardiologia, l'endocrinologia, la ginecologia (endometriosi), l'ortopedia, la gastroenterologia.

