

Obesità e disturbi alimentari. Come affrontarli con la “Riabilitazione Nutrizionale Integrata” di Poliambulatorio Arcella

La chiave del successo è la presa in carico multidisciplinare del paziente con eccesso di peso e obesità, del paziente con disturbi del comportamento alimentare e del paziente bariatrico

L'obesità, come tutte le patologie legate al rapporto con il cibo, è in costante aumento tanto che l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha lanciato l'"allarme sanitario obesità" e definito questo grave problema di salute pubblica con il neologismo "Globesity". Anche in Veneto le cose non vanno meglio: una persona su due è in sovrappeso mentre una su dieci si trova già in una condizione di obesità patologica.

Per questo, secondo il dott. Luca Rubaltelli amministratore delegato di Poliambulatorio Arcella, è fondamentale la presenza sul territorio di realtà sanitarie specializzate in grado di valutare, curare e accompagnare il paziente durante tutto il percorso fino alla guarigione completa dalla malattia. Perché l'obesità è una malattia tra le più complesse, in quanto multifattoriale, cronica, progressiva e recidivante, ma curabile, che spesso si manifesta già in età infantile o adolescenziale. Può avere cause genetiche, ambientali, comportamentali, endocrine... e può determinare molte complicanze gravi come patologie metaboliche, cardiovascolari, respiratorie, ortopediche, neoplastiche, con conseguenze anche mortali. E' quindi errata l'idea comune dell'obesità come del "disturbo di chi mangia troppo" o come un problema di tipo estetico.

Per contrastare il dilagare di questa patologia è importante, secondo il dott. Luca Rubaltelli, fare prevenzione attraverso l'Educazione al "benessere alimentare" e al "corretto stile di vita". Seguono diverse possibilità di cura specifiche come la terapia nutrizionale-comportamentale, i trattamenti farmacologici, gli interventi di chirurgia bariatrica e la riabilitazione integrata, che si possono susseguire e associare per migliorare lo stato di salute della persona attraverso progetti multicentrici in rete e un approccio multidisciplinare che coinvolga più specialisti qualificati e discipline mediche in stretto contatto, tutti al servizio del paziente.

È quello che avviene presso Poliambulatorio Arcella di Padova dove è operativo il Servizio ambulatoriale di "Riabilitazione Nutrizionale Integrata dell'obesità e dei disturbi alimentari", strutturato per aiutare il paziente in sovrappeso, in condizione di obesità, con disturbi alimentari o con programma di intervento di chirurgia bariatrica a raggiungere e mantenere il peso salutare attraverso un "Metodo innovativo di presa in carico globale" e un "Programma multidisciplinare personalizzato".

Tratto saliente del Servizio è l'instaurarsi di un rapporto di fiducia e collaborazione tra paziente ed équipe medica, basato sul coinvolgimento diretto della persona durante tutto il percorso terapeutico-riabilitativo-motivazionale elaborato su misura, fino all'acquisizione e al mantenimento di modalità di vita sane e attive.

Chi si rivolge a Poliambulatorio Arcella può usufruire di un trattamento multidisciplinare integrato, organizzato in quattro Aree Specialistiche di "Modifica dello stile di vita" che lavorano in sinergia: l'Area Nutrizionale, l'Area Medico-Clinica, l'Area Psicologico-Motivazionale e l'Area Motoria.

Il Trattamento dietetico-nutrizionale proposto dalla dott.ssa Carmen Cannata, Dietista, Nutrizionista e Case Manager del Servizio, si basa su una "Terapia step by step" di cambiamento del comportamento alimentare. Il paziente con disturbi dell'alimentazione e nutrizione, con eccesso di peso e un vissuto con tentativi falliti di dimagrimento, viene aiutato ad abbandonare le proprie idee errate sul cibo e i comportamenti disfunzionali legati al suo consumo per acquisirne di nuovi che lo portino a considerare il cibo come nutrimento. Diacere e occasione di convivialità.

L'utilizzo del "Counseling nutrizionale" ha come obiettivo principale l'autoefficacia: la persona viene ascoltata, non giudicata ed educata ad acquisire fiducia nelle proprie capacità di mutare il proprio comportamento alimentare aderendo con convinzione al piano alimentare, mai prescrittivo, elaborato a partire dalle necessità e caratteristiche personali.

Cambiare le proprie abitudini alimentari è un percorso impegnativo e graduale che richiede consapevolezza e determinazione. È come salire una scala con alcuni pianerottoli: la persona, gradino dopo gradino, affronta la propria condizione e corregge il proprio stile alimentare. I pianerottoli rappresentano quei momenti di sosta in cui, attraverso l'ascolto empatico, il paziente riflette sulle difficoltà incontrate, sui risultati raggiunti e sui propri punti di forza, salendo verso un ulteriore miglioramento.

Le patologie legate al rapporto con il cibo registrano ultimamente un picco d'incidenza tra i 15 e 20 anni ma coinvolgono trasversalmente qualsiasi fascia d'età, dai bambini alle persone adulte e anziane.

Poliambulatorio Arcella ha in carico pazienti eterogenei con patologie connesse al cibo e alla sfera della corporeità. Ci sono ragazzini con obesità grave, condizione spesso stigmatizzata che può compromettere le relazioni con i propri coetanei. Adulti con eccesso di peso accomunati dalla convinzione che la loro condizione scaturisca dalla scarsa volontà di dimagrire o da pigrizia. Pazienti con disturbi del comportamento alimentare che chiedono di perdere qualche chilo e scoprono invece di poter avere un rapporto sereno con il cibo e una corretta gestione dei cibi tabù. Infine pazienti bariatriche che si trovano a dover affrontare tre diversi step: la fase di preparazione all'intervento, il percorso di riabilitazione integrata post-intervento e quello di rieducazione nutrizionale-comportamentale in caso di weight-regain o recupero del peso.

E se è vero che nei casi più gravi il trattamento chirurgico dell'obesità è il più efficace, perché permette un calo ponderale significativo in breve tempo, tuttavia da solo non basta. Sono necessarie terapie coadiuvanti, un'équipe multidisciplinare e un percorso integrato che coinvolga tanto la sanità pubblica, con i suoi centri d'eccellenza di chirurgia bariatrica, quanto l'ambito della sanità e assistenza territoriale privata con elevata specializzazione come Poliambulatorio Arcella.

Punto di forza del suo Servizio di "Riabilitazione Nutrizionale Integrata" è la presenza costante di un team multiprofessionale composto da dietista, psicologi e psichiatra, specialista in medicina interna con esperienza nella gestione clinica di diabete e obesità, cardiologo, gastroenterologo, endocrinologo, medici dello sport, fisiatra e fisioterapisti pronti ad affiancare con professionalità e umanità chi soffre di queste patologie durante tutto l'iter riabilitativo medico-nutrizionale-comportamentale o nelle fasi pre e post iter chirurgico. Il percorso terapeutico prevede anche, previa autorizzazione di chi è in cura, il coinvolgimento attivo dei familiari e la collaborazione sinergica con il medico di famiglia.

Tutto questo, oltre alla disponibilità degli specialisti a modulare incontri di follow-up anche frequenti, facilita l'aderenza del paziente al piano terapeutico concordato di modifica dello stile di vita e garantisce il raggiungimento di risultati ottimali e duraturi nel tempo.

