

Le abitudini alimentari dei pazienti in emodialisi: analisi delle criticità e possibili indicazioni per una dieta personalizzata

Livrieri E.*, Soragna G.***, Curci D.**, Bruno E.***, Dimonte V.*, Vitale C.***

*Università degli Studi di Torino **AOU Città della Salute e della Scienza, Torino ***AO Ordine Mauriziano. Torino, ambulatorio 'Dialisi e Trapianto'



INTRODUZIONE

Il paziente nefropatico sottoposto ad emodialisi è complesso, spesso caratterizzato da un'estrema "fragilità", frequentemente affetto da più comorbidità e costretto a modificare la propria quotidianità e alimentazione in base alle sedute emodialitiche. Una corretta alimentazione in questi pazienti, è fondamentale per mantenere un adeguato stato nutrizionale, per garantire una buona riuscita del trattamento dialitico e per prevenire eventuali complicanze. Tuttavia, le restrizioni alimentari a cui sono sottoposti i pazienti sono notevoli e rappresentano una fonte di elevato stress per la persona.^{1 2 3}

OBIETTIVI: investigare sulle abitudini alimentari dei pazienti sottoposti ad emodialisi, valutare quali siano le loro maggiori difficoltà nel seguire lo schema nutrizionale indicato ed arrivare a possibili indicazioni per personalizzare la dieta adeguandola alle abitudini del singolo.

MATERIALI E METODI: È stato elaborato un questionario non validato, con la collaborazione di dietologi, dietisti e nefrologi del reparto di Dialisi e Nefrologia dell'AO Ordine Mauriziano, che indaga le abitudini alimentari dei pazienti in trattamento emodialitico.

Si compone di 11 domande a risposta multipla e 2 domande aperte; per due domande del questionario si sono estrapolati degli items di scale valutative validate già presenti in letteratura: **Malnutrition Inflammation Score (MIS)** e la **Mini Nutritional Assessment (MNA)**.

L'indagine si è svolta tra il **18 maggio e il 31 maggio 2021** ed è stata rivolta a tutti i soggetti sottoposti ad emodialisi, senza limiti di età. Dei 135 pazienti del reparto, **55** hanno dato il consenso alla somministrazione del questionario.

Infine, i dati raccolti dall'indagine, sono stati elaborati attraverso l'utilizzo del programma **IBM SPSS Statistics versione 22**. Sono state analizzate dapprima le risposte a ciascun item del questionario e successivamente sono stati analizzati i dati correlandoli alle caratteristiche della popolazione esaminata, rispettivamente: **età** (divisa per classi); **genere**; **stato civile**; **anni di emodialisi** (0-3, 3-5, >5); **accesso vascolare** (FAV o CVC); **turno di dialisi** (mattino, pomeriggio e sera); **diuresi residua**; **valori normali di fosforo, potassio e albumina**.

Per i risultati ottenuti è stato poi fissato il livello di significatività statistica ($p < 0,05$)

RISULTATI

Dall'analisi dei dati emerge come i pazienti dializzati saltino dei pasti (54%) e non occasionalmente, infatti il 99% di chi salta i pasti dichiara di farlo spesso o molto spesso. (grafico 1 e 2)

Grafico 1: Domanda 8 "Le è mai capitato di saltare i pasti?"

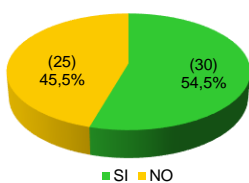
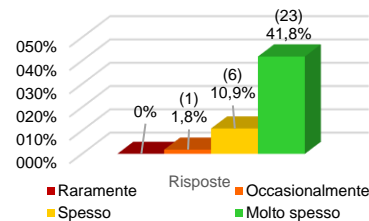


Grafico 2: Domanda 8.3 "Con quale frequenza salta questo pasto?"



Il pasto saltato maggiormente è la colazione ($P=0.05$) e la motivazione che è maggiormente emersa è stata che i pazienti hanno paura che mangiare prima della dialisi, possa incidere negativamente sui reni. (grafico 3 e 4)

Grafico 3: Domanda 6 "Quali pasti completi fa nel giorno di dialisi?"

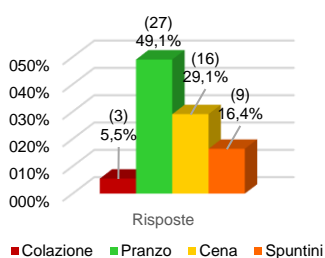
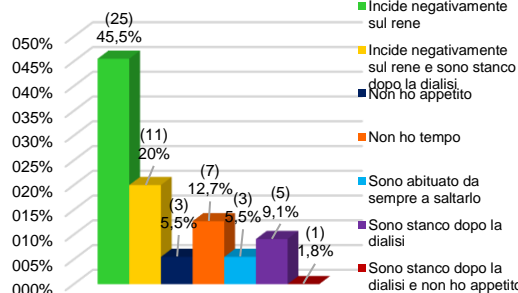
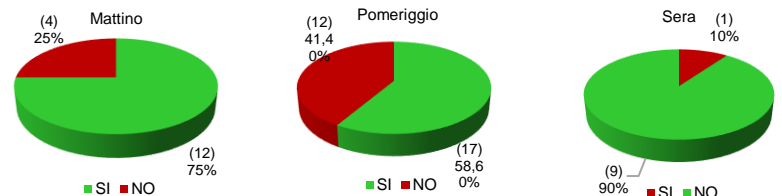


Grafico 4: Domanda 8.4 "Perché salta il pasto da lei indicato precedentemente?"



Le maggiori criticità legate ad alimentazione e turno di dialisi sono state rilevate in quello pomeridiano in cui frequentemente le persone riferiscono di non pranzare ($p=0.04$). (grafico 5)

Grafico 5: Domanda 3 (Prima della dialisi ha l'abitudine di mangiare qualcosa?) e TURNO



Le restrizioni alimentari rappresentano per più della metà dei pazienti fonte di stress, in particolar modo per i pazienti in trattamento da più di 5 anni ($P=0.01$) (grafico 7). La maggior parte delle persone hanno dichiarato che, durante la seduta, preferirebbero mangiare la pasta (35,36%), anziché il panino con l'affettato o formaggio che viene attualmente distribuito ai pazienti. (grafico 6)

Grafico 6: Domanda 12 "Se dovesse pensare ad un pasto ideale, quali cibi gradirebbe durante la seduta dialitica/ giorno di dialisi?"

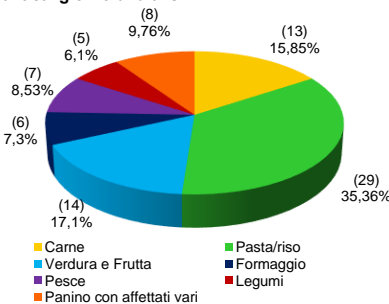
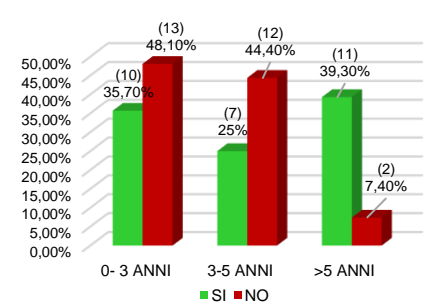


Grafico 7: Domanda 11, (Le restrizioni alimentari date per la patologia renale, sono un peso e fonte di stress psicologico per lei?) e ANNI DI DIALISI:



DISCUSSIONE:

- Più della metà dei pazienti dichiara che gli sia capitato di saltare uno o più pasti nella giornata e che questa situazione si verifichi spesso.
- Il giorno della dialisi rappresenta quello con maggiori criticità, dove si evidenzia che **la colazione** è il pasto che viene maggiormente saltato e qualcuno dichiara di alimentarsi solo attraverso spuntini.
- I pazienti che saltano i pasti frequentemente sono quelli che pensano che mangiando prima della dialisi, possano **incidere negativamente sui reni**.
- L'organizzazione legata ai turni della seduta dialitica, rappresenta un problema per un corretto apporto nutrizionale ed il turno pomeridiano è risultato essere quello più critico in tal senso.
- Più della metà delle persone intervistate riferisce che **le restrizioni alimentari siano una fonte elevata di stress**.
- I pazienti hanno dimostrato di avere delle preferenze che potrebbero essere prese in considerazione per poter strutturare un pasto adeguato durante la seduta emodialitica.

CONCLUSIONE: Una chiara informazione sui vantaggi di un corretto regime alimentare è necessaria, così come la necessità di strutturare percorsi educativi per abituare il paziente in dialisi ad avere corrette abitudini alimentari. La personalizzazione della dieta è essenziale per ottenere non solo una buona aderenza alla terapia nutrizionale prescritta, ma anche per migliorare lo stress psicologico che i pazienti riferiscono di avere; In merito a questo, è fondamentale che l'infermiere di dialisi diventi una figura cardine all'interno dell'intervento educativo. Infine, una riflessione sulle modalità organizzative dei turni dialitici risulta fondamentale, così come la valutazione su come nutrire il paziente durante la dialisi tenendo conto delle preferenze del singolo.