

Corso specialistico di secondo livello

La terapia dietetica dell'anziano obeso

Motivazioni obiettivo ECM

La popolazione anziana è in forte aumento in tutti i paesi occidentali e l'obesità colpisce questa fascia d'età in maniera non molto dissimile dal resto della popolazione. La spesa sanitaria è fortemente concentrata nelle fasce estreme della vita e c'è molta attenzione sia dal punto di vista sanitario sia economico sull'importanza di un adeguato stile di vita per il mantenimento della salute. Gli anziani hanno però una composizione corporea ed una quantità di anni di vita persi legati all'obesità drasticamente diversa da quella degli adulti. Sono, inoltre, molto più esposti allo stress dovuto al dimagrimento, da cui la necessità di un'attenta valutazione rischio-beneficio. Di straordinaria importanza invece, la qualità degli alimenti, l'idratazione e l'attività fisica.



Obiettivi specifici d'apprendimento:

Alla fine del percorso formativo i partecipanti saranno in grado di:

- conoscere la variazione della composizione corporea dall'adulto all'anziano e la modificazione del metabolismo basale in funzione dell'età e del carico di lavoro;
- conoscere i vari modi e le difficoltà intrinseche insite nei più comuni indici di obesità relativi alla popolazione anziana (BMI, WC, WHR, DEXA, BIA, NMR);
- obesità e variazione della mortalità nella terza età;
- altri indici di aumento del rischio di mortalità negli anziani;
- descrivere i meccanismi di regolazione dell'equilibrio idrico e la straordinaria importanza clinica dell'idratazione nell'anziano;
- alcuni importanti indici di salute negli anziani: sarcopenia, osteoporosi, inattività fisica e loro relazioni con la dieta ed in caso di dimagrimento;
- altri indici di aumento del rischio della morbilità e mortalità negli anziani;
- terapia ipocalorica e variazione della morbilità e mortalità negli anziani;
- *functional food* e variazione della morbilità e mortalità negli anziani.



PROGRAMMA

- 1) metodi di misura dell'eccesso di grasso corporeo negli anziani e loro limiti in questa popolazione;
- 2) metodi di misura della distribuzione del grasso corporeo negli anziani e loro limiti in questa popolazione;
- 3) aumento di morbilità e anni di vita persi per l'obesità nella terza età;
- 4) la struttura corporea nell'anziano: variazioni e metodi di misura;
- 5) il dispendio energetico nell'anziano: stima del metabolismo basale e le sue variazioni;
- 6) valutazione di alcuni rischi specifici della terza età. Gli esempi della sarcopenia e dell'osteoporosi con le indicazioni alimentari per queste patologie;
- 7) risultati della terapia ipocalorica a breve e a lungo termine negli anziani. Perdite di peso intenzionali e non intenzionali
- 8) variazioni di morbilità e mortalità per l'attività fisica, idratazione ed altri indici;
- 9) variazione di morbilità e mortalità con alimenti *functional food*. Prevenzione primaria e secondaria e possibilità terapeutiche delle principali malattie cronicodegenerative occidentali con questi alimenti.

