

DEGENZE

**Così l'ospedale
ora cambia menù.
In meglio**

I pasti in corsia ignorano le esigenze dei pazienti. Ora però i piatti vengono ripensati da nutrizionisti e chef esperti. Perché un malato nutrito in modo corretto guarisce prima. E fa anche risparmiare.

di Luca Sciortino

Nella letteratura scientifica molta importanza viene data all'alimentazione nella cura dei pazienti con tumore. Una statistica condotta su degenti in cura al Karolinska Institute mostra che una dieta appropriata subito dopo l'intervento accelera i tempi di guarigione e fa risparmiare nelle spese di gestione del paziente. Un altro studio apparso su *Plos One* su 522 pazienti oncologici dimessi dopo un intervento indica che la qualità della dieta e l'attività fisica riducono il rischio di morte prematura. E si sa che certi cibi possono contrastare metastasi o recidive, come suggeriscono le linee guida alimentari del Codice europeo contro il cancro e il documento del Fondo mondiale per la ricerca sul cancro.

Gli ospedali tengono conto di queste conoscenze nella preparazione dei pasti? L'esperienza di alcuni pazienti interpellati da *Panorama* e curati in vari centri italiani è che i piatti, spesso forniti da ditte esterne, ignorano le linee guida. E le lettere di dimissione non contengono alcuna indicazione su cosa è bene mangiare o non mangiare usciti dall'ospedale. Lo conferma Franco Berrino, medico ed epidemiologo, ed ex direttore del Dipar-

timento di Medicina preventiva e predittiva dell'Istituto nazionale dei tumori di Milano: «In generale, la classe medica non ha una preparazione adeguata sul ruolo della dieta per favorire la guarigione e prevenire l'insorgenza di recidive. Un giovane appena laureato in medicina non fa studi del genere. Questa mancanza di cultura si riflette in una bassa attenzione alla dieta e alle linee guida alimentari negli ospedali». Berrino nota anche che, «se da una parte la ricerca individua un nesso tra l'eccesso di zuccheri e la crescita dei tumori, in quanto l'aumento di insulina favorisce la divisione cellulare, negli ospedali vengono somministrati cibi che fanno molto aumentare il contenuto di glucosio nel sangue».

E cita alcuni esempi: «Uno dei pasti tipici degli ospedali è il prosciutto con purè: grave che si ignori che il secondo aumenta la glicemia e il primo è altamente sconsigliato dalle linee guida del Codice europeo contro il cancro, come tutte le carni lavorate. Per non parlare del fatto che nelle corsie di ospedale si trovano distributori di bevande zuccherate, altro alimento sconsigliato nella prevenzione. Succede perfino qui, all'Istituto dei tumori».

Secondo Berrino sono da evitare pane bianco e farine raffinate: «Ciò non avviene per una certa inerzia delle amministrazioni degli ospedali, sperano di risparmiare affidandosi a ditte esterne che hanno alcuna conoscenza di come la dieta possa aiutare il malato. Di fatto, però, risparmierebbero molto di più con diete corrette e calibrate, che riducono tempi di degenza e costi dell'ospedale».

Le eccezioni, come sempre, non mancano: «Ci sono ospedali come il Po-

Getty Images



cibi sani e cibi no

SÌ

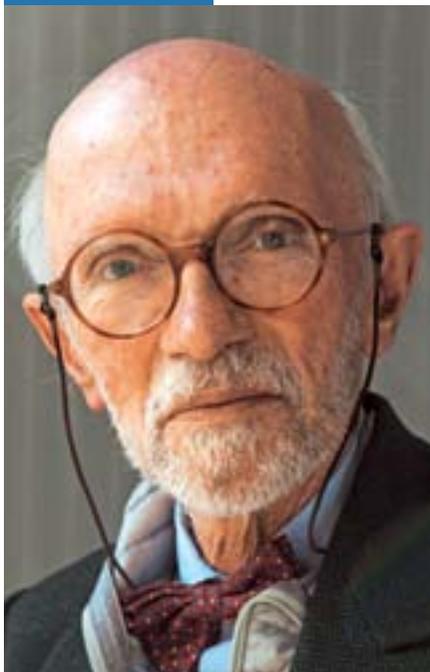
A verdure, cereali integrali, legumi e pesce.

liclinico San Donato di Milano o come il Policlinico Sant'Orsola di Bologna o l'Ospedale di Mantova che tengono conto delle linee guida del Codice europeo» conclude Berrino.

Livio Luzi, responsabile dell'area Endocrinologia e malattie metaboliche al Policlinico San Donato e direttore del comitato scientifico Progetto EAT Alimentazione sostenibile, dice: «Che ci sia poca attenzione all'alimentazione dei malati è provato dal fatto che spesso negli ospedali si trova malnutrizione, soprattutto nel caso di anziani, pazienti oncologici o pazienti con chirurgia intestinale maggiore, la cui degenza quindi si allunga. Da noi vengono visti da un nutrizionista-dietista, e ricevono indicazioni alimentari dal personale del reparto. Individuiamo carenze o eccessi e formuliamo programmi dietetici anche dopo la guarigione. Nei casi di obesità-diabete, neoplasie, interventi di chirurgia maggiore, pazienti in rianimazione, i suggerimenti sono basati sulla misurazione del dispendio energetico mediante calorimetria indiretta». Luzi ha introdotto calorimetri per la misurazione del consumo di calorie. Al San Donato possono così calibrare le diete nella degenza dando indicazioni dettagliate alle ditte che forniscono i pasti.

Al Policlinico di Sant'Orsola di Bologna c'è un'analogha consapevolezza, come spiega Marco Storchi, direttore dei Servizi di supporto alla persona: «Mentre gran parte degli ospedali compra menù uguali per tutti i pazienti, noi abbiamo le cucine sotto il nostro controllo e abbiamo lanciato il progetto "Crunch", curato da Ferdinando Giannone, per unire ristorazione e nutrizione. Un team di dietisti e cuochi, insieme alla Dietetica clinica e i medici delle Unità operative, migliora la dieta del paziente agendo sulla componente nutrizionale, sul gusto del piatto e sull'innovazione delle ricette. Otteniamo benefici per i pazienti, che si traducono in risparmi».

«Negli ospedali vengono distribuiti alimenti e bevande che fanno aumentare i livelli di glucosio nel sangue»



Franco Berrino, medico ed epidemiologo, autore di diversi libri sulla dieta anti-cancro. Altre informazioni su <https://lagrandevia.it/> (associazione di cui Berrino è cofondatore), per mantenersi in salute nutrendosi con cibi sani.

Il contesto dell'ospedale, ovvero Bologna, città di grande cultura gastronomica, ha favorito una gestione attenta alla dieta. «I malati si rendono conto dell'importanza dell'alimentazione. Per quelli oncologici abbiamo ridotto i cibi d'origine animale a favore di vegetali e legumi. In più abbiamo realizzato alcuni studi interni, per esempio sui pazienti disfagici, cioè che hanno difficoltà a deglutire e devono nutrirsi di alimenti frullati o morbidi e sono spesso a rischio malnutrizione. Noi non ci limitiamo a frullare il pasto, ma abbiamo reingegnerizzato il processo produttivo per offrire contenuti nutrizionali e calorici in linea con i Livelli di assunzione di riferimento di nutrienti ed energia per la popolazione, anche con minori quantità. Così si accelera il processo di guarigione».

«Noi abbiamo attivato il progetto "Chef in ospedale"» racconta Consuelo Basili, direttrice del Presidio Ospedaliero di ASST Mantova. «Una biologa nutrizionista e uno chef stellato supportano il personale della cucina ospedaliera, a gestione diretta. Così prepariamo il purè di patate con brodo di verdure fresche senza l'uso dei fiocchi e senza burro. Inoltre abbiamo richiesto la sostituzione delle bibite con acqua e altre bevande senza zuccheri aggiunti. E verrà attivato un ambulatorio di medicina integrata per le donne affette da tumore per il controllo nutrizionale nel periodo dei controlli successivi alle cure».

La scarsa attenzione agli effetti della dieta avviene mentre, oggi, tanti chef propongono ricette d'avanguardia super raffinate. Esiste perfino la neuro-gastro-nomia, che usa le neuroscienze per capire come meglio presentare un piatto. Tutto ciò stride con la situazione negli ospedali, dove il «mangiar male» è considerato normale. Una contraddizione destinata a esplodere man mano che sempre più pazienti ne prenderanno coscienza. ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA