

**1** **MINUTO**  
**PER**

### COMPRENDERE LA MALNUTRIZIONE NEGLI ADULTI

**Per malnutrizione si intende una condizione severa che si verifica quando la dieta di una persona non contiene i nutrienti sufficienti a rispondere ai bisogni nutrizionali del proprio corpo.**

Chiunque può essere affetto da malnutrizione. Gli anziani o le persone con determinate patologie sono generalmente le persone a maggior rischio di malnutrizione.

#### **FATTORI DI RISCHIO**

La difficoltà a masticare e a deglutire, la presenza di determinate patologie croniche e relativi piani terapeutici, l'isolamento sociale, le diete restrittive e la permanenza presso case di riposo sono tutti fattori che potenzialmente possono aumentare il rischio di malnutrizione.

Esistono diversi livelli di severità che vanno da nessun rischio ad alto rischio di malnutrizione. Il primo sintomo è solitamente la perdita, non intenzionale, di un minimo del 5% del proprio peso in un mese o del 10% in 6 mesi<sup>1</sup>.

**L'impatto della perdita di peso può causare<sup>2</sup>**: ridotta energia per le attività abitudinarie, perdita di muscolatura e, tra le altre conseguenze, anche effetti sul sistema immunitario, con annessa riduzione della qualità di vita.

La malnutrizione ha un effetto molto significativo sui costi sanitari. Può portare ad un aumento della durata della degenza in ospedale e, di conseguenza, ad un aumento dei costi sanitari<sup>3</sup>. Costituisce dunque un serio tema di sanità pubblica.

Per informazioni riguardo i principali standard internazionali, vedere la brochure di ISDI sugli Alimenti ai Fini Medici Speciali (AFMS): <https://www.isdi.org/fsmp-brochure/>

1.<https://www.nhs.uk/conditions/malnutrition/>

2.Una migliore cura attraverso una migliore nutrizione\_ Valori ed effetti della nutrizione medica. Nutrizione Medica Internazionale.

[https://www.medicalnutritionindustry.com/files/user\\_upload/documents/medical\\_nutrition/2018\\_MNI\\_Dossier\\_Final\\_web.pdf](https://www.medicalnutritionindustry.com/files/user_upload/documents/medical_nutrition/2018_MNI_Dossier_Final_web.pdf)

3.Khalatbari-Soltani S. Marques-Vidal P. Il costo economico della malnutrizione ospedaliera in Europa; una rassegna narrativa. Clinical Nutrition ESPEN. 2015 Giugno;10(3):e89-e94. doi: 10.1016/j.clnesp.2015.04.003