

1

MINUTO

PER

LO SCREENING DELLA MALNUTRIZIONE NEGLI ADULTI

Lo screening per la malnutrizione dovrebbe servirsi di strumenti standardizzati.

Per tutti gli anziani che vivono presso il proprio domicilio, è raccomandato uno screening per la malnutrizione almeno con cadenza annuale. Per gli anziani risidenti presso strutture residenziali assistenziali, la frequenza dovrebbe salire ad una volta al mese. Se la persona anziana è ad alto rischio di malnutrizione o si trova in una particolare situazione clinica, è bene procedere con screening più frequenti, anche settimanali. Questo dipende dalla condizione clinica della persona anziana e dal suo livello di rischio.

Le persone possono essere stratificate come: non a rischio, a rischio o ad alto rischio di malnutrizione. Il primo passo dello screening è di identificare i fattori di rischio, come la perdita di peso, particolari situazioni cliniche quali la decadenza cognitiva e la difficoltà a masticare e deglutire.

È importante anche considerare ogni terapia ed il potenziale effetto su appetito e digestione. Anche l'isolamento sociale, la vedovanza o la perdita dell'indipendenza sono fattori da tenere presente in fase di identificazione dei fattori di rischio di malnutrizione.

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

INDICE DI MASSA CORPOREA

Oltre a considerare l'importo nutritivo, il controllo del peso è il primo passo dello screening. È importante calcolare l'indice di massa corporea o BMI usando questa formula:

$$\text{BMI (in } \frac{\text{kg}}{\text{m}^2}) = \frac{\text{peso (in kg)}}{\text{altezza}^2 \text{ (in m}^2\text{)}}$$

Questo indice può essere usato per completare una Mini Valutazione Nutrizionale o uno strumento standardizzato presente in un determinato paese¹.

Concretamente, una persona normalmente è considerata malnutrita se ha un BMI inferiore a 18.5 kg/m² o se registra una perdita di peso non intenzionale maggiore al 10% del peso corporeo in un periodo di 6 mesi².

Identificare il livello di rischio di una persona può aiutare lo specialista ad elaborare un piano adeguato per la sua gestione.

In conclusione, una breve indagine sulla malnutrizione migliora il trattamento e aiuta a prevenire complicazioni.

1. Irish Society for Clinical Nutrition & Metabolism, <http://irspen.ie/malnutrition/screening-tools/>

2. Supporto nutrizionale per gli adulti: supporto nutrizionale orale, nutrizione enterale e nutrizione parenterale, National Institute for Health and Care Excellence <https://www.nice.org.uk/guidance/cg32/chapter/Introduction>