

## **TITOLO**

### **Cambiamento delle abitudini alimentari nei pazienti dell'Ambulatorio di Prevenzione Nutrizionale Educazione Alimentare – SIAN Area Metropolitana Dipartimento di Prevenzione ASL BARI**

#### **INTRODUZIONE**

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, l'obesità rappresenta uno dei principali problemi di salute pubblica nel mondo. I dati epidemiologici segnalano sempre più l'urgenza di mettere in campo iniziative per la prevenzione dell'obesità e di tutte le malattie croniche non trasmissibili ad essa correlate.

È in questo contesto che l'Ambulatorio di Prevenzione Nutrizionale Educazione Alimentare del SIAN Area Metropolitana ASL BARI, a partire da luglio 2021, ha avviato le sue attività di consulenze dietetico-nutrizionali finalizzate a promuovere corrette abitudini alimentari e stili di vita.

#### **MATERIALI E METODI**

Gli interventi sulla persona effettuati dall'equipe dell'Ambulatorio di Prevenzione Nutrizionale Educazione Alimentare sono stati 125 (feb. 2022).

Il personale dell'Ambulatorio, dopo un attento colloquio, ha consegnato al paziente un piano di educazione alimentare con programmazione degli interventi di controllo.

Per valutare l'efficacia del lavoro svolto, è stato inviato un questionario, compilato in forma anonima, a tutti i pazienti della struttura.

#### **RISULTATI**

I pazienti che hanno partecipato al sondaggio sono stati il 43%, di cui il 74% donne e il 26% uomini, di varie età e affetti da varie patologie/fattori di rischio. Indagando sulle loro abitudini pre e post intervento nutrizionale è emerso che:

- i pazienti, a seguito della visita nutrizionale, hanno ridotto significativamente il consumo di pane bianco, condimenti, carne rossa, prodotti da forno, zucchero aggiunto a bevande calde come the e caffè. È significativamente aumentato, invece, il consumo di acqua, di verdure e di carne bianca;
- la maggior parte dei pazienti che seguono il piano alimentare loro prescritto hanno ora corrette abitudini alimentari;
- il 66,7% dei pazienti riferisce di aver perso peso e il 78% si ritiene soddisfatto dei risultati ottenuti;

- il 43% dei pazienti riferisce di aver incrementato i livelli di attività fisica e circa il 65% dei pazienti ritiene di aver migliorato il proprio benessere psicofisico.

## **CONCLUSIONI**

Nell'ottica di ideare, pianificare e realizzare interventi sempre più efficaci di prevenzione nutrizionale, intesa non solo come prevenzione primaria, ma anche come prevenzione terziaria, il risultato atteso da questo costante e attento lavoro è quello di prevenire/ridurre la prevalenza del sovrappeso/obesità e di tutte le comorbidità a questi associate in tutte le fasce di popolazione a rischio.

## **AUTORI**

C. Loconte, M.G. Forte, M. D'Ambrosio, P. Laera, D. Lagravinese