



*Rete delle strutture di
Dietetica e Nutrizione Clinica*

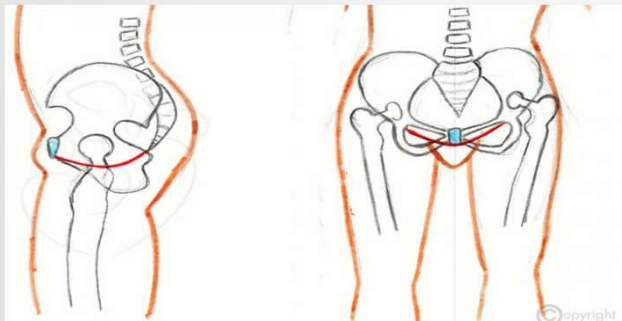


INDICAZIONI DIETETICHE PER IL PAZIENTE SOTTOPOSTO A RADIOTERAPIA ADDOMINO – PELVICA

INDICAZIONI DIETETICHE PER IL PAZIENTE SOTTOPOSTO A
RADIOTERAPIA ADDOMINO-PELVICA

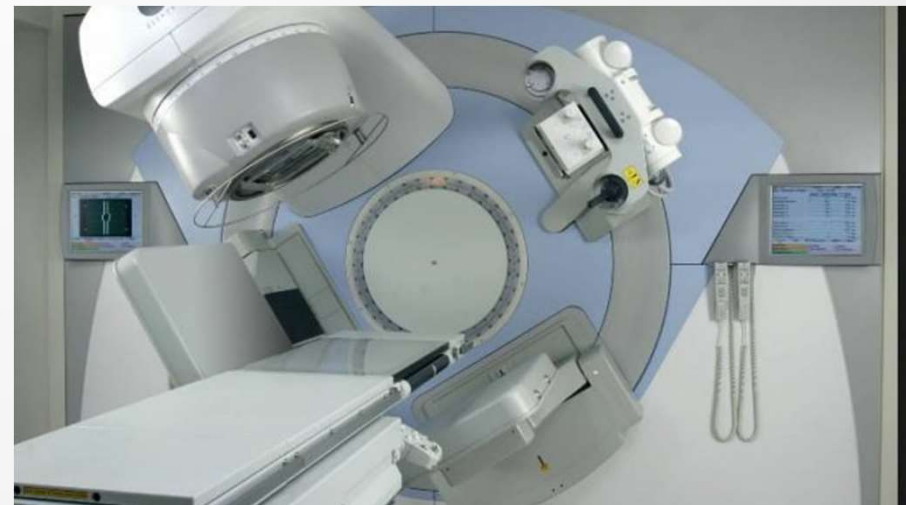
**Indicazioni dietetiche
per il paziente sottoposto a Radioterapia
Addomino – Pelvica**

Gli effetti collaterali di coloro che si sottopongono
a radioterapia pelvica possono coinvolgere
organi o tessuti non cancerogeni di un tumore
situato nel bacino



Gli effetti collaterali dipendono da:

- Tipo di radioterapia
- Dose
- Tempo di trattamento



I principali effetti collaterali
di tipo gastrointestinali sono:

diarrea

gas

meteorismo

dolori addominali

nausea



Come prevenire e trattare gli effetti collaterali gastrointestinali?



INDICAZIONI DIETETICHE PER IL PAZIENTE SOTTOPOSTO A
RADIOTERAPIA ADDOMINO-PELVICA

NO

A restrizione di cibo (per migliorare la sintomatologia)

NO

A diete autogestite



RISCHIO MALNUTRIZIONE



MALNUTRIZIONE

Come prevenire e trattare la malnutrizione?



MALNUTRIZIONE

Controlla il peso una volta la settimana ed
esegui il test di screening per la
Malnutrizione (MST)

TEST DI SCREENING MST

Hai perso involontariamente peso negli ultimi 3 mesi?

No	0
Non lo so	2

Se sì, quanto hai perso?

0,5-5 Kg	1
>5 Kg-10 Kg	2
>10 Kg-15 Kg	3
>15 Kg	4

TEST DI SCREENING MST

Hai ridotto l'alimentazione per mancanza di appetito?

No	0
Sì	1

Totale punteggio = _____

- | | |
|-------------------------|--|
| Somma punteggio = 0 | Ripeti il test tra 30 giorni |
| Somma punteggio = 1 o 2 | Rivolgiti al medico di riferimento e
ripeti il test tra 30 giorni |
| Somma punteggio > 2 | Contatta la Struttura di Dietetica e
Nutrizione Clinica |

QUALE ALIMENTAZIONE SEGUIRE?



Prevedere pasti piccoli e frequenti ripartendo l'alimentazione in 5-6
pasti nell'arco della giornata alimentare

Colazione

Pane tostato, fette biscottate, frutta fresca o cotta, yogurt bianco con
aggiunta di semi, ricotta aromatizzata con cacao e cannella

NB: è possibile utilizzare il latte
vaccino in base alla tolleranza
individuale, poiché non ci sono
evidenze scientifiche che
dimostrino che il lattosio possa
stimolare o peggiorare la
sintomatologia gastrointestinale



➤ Spuntino (metà mattina e metà pomeriggio)

- ❖ Yogurt bianco o greco, 2/3 quadretti di cioccolato fondente, latte, fette di pane con miele o con piccole porzioni di formaggio o affettato, frutta secca





➤ Pranzo

Consumare interamente il pasto, sia il primo sia il secondo piatto, oppure consumare piatti unici come pasta al ragù, lasagne , risotto di pesce...

Assumere inoltre una porzione di verdura ed una di frutta (in base a tolleranza individuale)



➤ **Cena**

Consumare interamente il pasto, sia il primo sia il secondo piatto

Assumere inoltre una porzione di verdura ed una di frutta (in base a tolleranza individuale)



INDICAZIONI PER LA GESTIONE NUTRIZIONALE DEL PAZIENTE SOTTOPOSTO A RADIOTERAPIA ADDOMINO-PELVICA

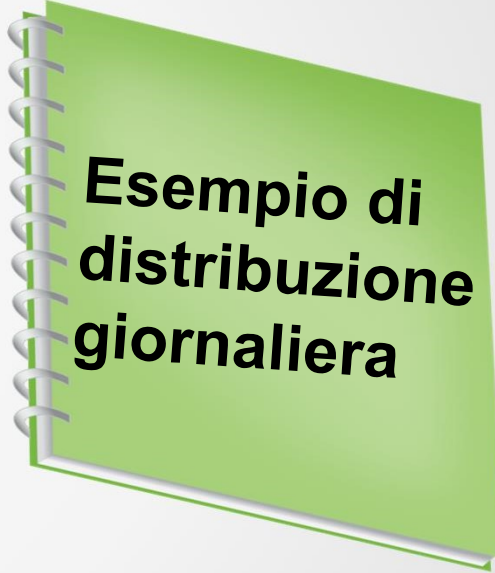
Colazione: latte parzialmente scremato (o ad alta digeribilità)
o yogurt + biscotti secchi o fette biscottate

Spuntino: 1 yogurt greco o intero al naturale o aromatizzato +
1 pacchetto di crackers o grissini o 3-4 fette biscottate o 2/3
quadretti di cioccolato o piccola porzione di affettato/formaggio
o frutta secca

Pranzo: un piatto di pasta o riso con un cucchiaio di formaggi
grattugiato + una porzione di secondo piatto (a scelta tra
carne, pesce, uova, formaggio o affettato) o «piatto unico»+ un
contorno di verdura (in base a tolleranza) + 1 frutto di stagione

Merenda: come spuntino

Cena: una porzione di secondo piatto (a scelta tra carne,
pesce, uova, formaggio o affettato) + un contorno di verdura (in
base a tolleranza) + un panino o una porzione di patate 1 frutto
di stagione



**Esempio di
distribuzione
giornaliera**

INDICAZIONI PER LA GESTIONE NUTRIZIONALE DEL PAZIENTE
SOTTOPOSTO A RADIOTERAPIA ADDOMINO-PELVICA



INOLTRE :

bere almeno un litro di liquidi al giorno, tra acqua, tisane, tè, infusi (senza zuccheri) sia per evitare la disidratazione legata alla diarrea (quale effetto collaterale)



INDICAZIONI NUTRIZIONALI

INOLTRE:

- Ridurre la caffeina
- Evitare l'alcool
- Evitare cibi piccanti



Consumo di fibre:
NON

ci sono indicazioni all'esclusione.

Hanno proprietà antinfiammatorie, potrebbero
aiutare ad
attenuare i sintomi gastrointestinali



Sulla base della tolleranza individuale e la assenza di sintomi
gastrointestinali:

Consumo di fibre

SI'

a frutta e verdura

SI'

a frutta secca e semi



Quanta fibra sarebbe più indicato consumare ?

Sulla base della tolleranza
individuale e dell'entità della
sintomatologia
gastrointestinale è
consigliata in base ai
LARN



ASSUNZIONE GIORNALIERA
IDEALE **DI FIBRA** PER LA
POPOLAZIONE ADULTA



25 g

Quale fibra sarebbe più indicato consumare ?

Sulla base della tolleranza individuale e dell'entità della sintomatologia gastrointestinale è indicato il consumo di alimenti a maggior quantità di fibra **SOLUBILE**

FIBRA SOLUBILE



PECTINE

Fonti alimentari: mela, carote, fagioli



GOMME

Fonti alimentari: avena, legumi



GALATTOMANNANI

Fonti alimentari: legumi



FRUTTOLIGOSACCARIDI (FOS)

Fonti alimentari: cipolla, cicoria, carciofi



GALATTOLIGOSACCARIDI (GOS)

Fonti alimentari: legumi



BETAGLUCANI

Fonti alimentari: avena, orzo

ALIMENTI UTILI

Un concentrato di preziosi nutrienti come grassi essenziali, minerali, vitamine, fibra, antiossidanti sono contenuti in frutta secca e semi (noci, nocciole, mandorle, pistacchi, pinoli, anacardi, semi di girasole, zucca, sesamo, lino)



SONO RACCOMANDATI

- ✓ Uso di probiotici
- ✓ Supplementi di DHA
- ✓ Supplementi di ferro



USO DI PROBIOTICI

I probiotici sono “micro-organismi vivi che, somministrati in quantità adeguata, apportano un beneficio alla salute dell'ospite

Riducono la tossicità gastrointestinale da radiazioni ➡ con maggior compenso degli effetti collaterali gastrointestinali



SUPPLEMENTAZIONE DI DHA

Il DHA è un acido grasso poli-insaturo della serie omega-3 in grado di intervenire nella modulazione della risposta infiammatoria. E' naturalmente contenuto nel pesce (in particolare in alici, sardine, sgombri) oppure integrato con prodotti farmaceutici



SUPPLEMENTAZIONE DI FERRO

Per affrontare la stanchezza, l'anemia, l'inappetenza.

Nell'area di trattamento si trova il midollo osseo, sede di produzione delle cellule ematiche, che può venire danneggiato

Il ferro è naturalmente contenuto in carni rosse e bianche, uova, pesce e legumi.



UTILE IL MONITORAGGIO E IL MANTENIMENTO DI
ADEGUATI LIVELLI DI VITAMINA **C, D, E, A** CHE
AGISCONO COME ANTIOSSIDANTI
E POTREBBERO AVERE EFFETTO PREVENTIVO
NELLA FORMAZIONE DI METASTASI TUMORALI



UTILE IL MONITORAGGIO E IL MANTENIMENTO
DI ADEGUATI LIVELLI DI CALCIO, MAGNESIO,
TIAMINA, RIBOFLAVINA E NIACINA



PER IL MONITORAGGIO DELLO STATO NUTRIZIONALE E'

- Controllo del peso settimanale
- Compilazione periodica del MST (come già segnalato)
- Compilazione accurata del Diario Dietetico

INDICAZIONI DIETETICHE PER IL PAZIENTE SOTTOPOSTO A
RADIOTERAPIA ADDOMINO-PELVICA

Strumenti per il monitoraggio nutrizionale del paziente

Diario alimentare del ____/____/____	
Colazione ore ____	
Spuntino ore ____	
Pranzo ore ____	
Spuntino ore ____	
Cena ore ____	
Spuntino ore ____	

Apporto idrico totale: _____

Note: _____



**A CURA DI
GDS DIETISTI DELLA RETE ONCOLOGICA PIEMONTE E
VALLE D'AOSTA**

REFERENTE: Dietista Vittoria Roscigno

PARTECIPANTI: Dietista Cristiana Lanza

COORDINATORE: Dietista Costanza Micunco