ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

LA NUTRIZIONE PRIMA E DOPO LA CHIRURGIA BARIATRICA

Dott. Monica Giuffrè

Biologa

Specialista in Scienza dell'Alimentazione

Gruppo San Donato

Istituto di Cura Città di Pavia

U.O. Chirurgia Generale e Bariatrica

Responsabile: *Dott. Vincenzo Borrelli*

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

LA CHIRURGIA DELL'OBESITA'

- È la terapia più efficace per ottenere un adeguato calo ponderale ed il mantenimento del peso a lungo termine.

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

PERCORSO OBESITÀ

Visita multidisciplinare

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

ALIMENTAZIONE

FASE PRE OPERATORIA

- Valutazione antropometrica (peso, altezza, BMI, circonferenze)
- Storia del peso
- Intake calorico e abitudini alimentari mediante diario alimentare
- Gruppi di educazione alimentare

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

GRUPPI DI EDUCAZIONE ALIMENTARE

INCONTRI DI PREPARAZIONE ALLA CHIRURGIA BARIATRICA CON IL SUPPORTO DI PSICOLOGO E NUTRIZIONISTA

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

GRUPPI DI EDUCAZIONE ALIMENTARE FINALITA'

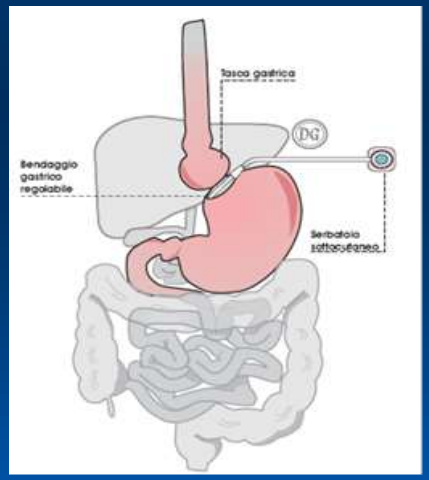
- Acquisizione consapevole delle modifiche alimentari e dello stile di vista per poter ottenere i migliori risultati a lungo termine.
- Informazioni sul programma psico-nutrizionale post operatorio.

Dott. Monica Giuffrè

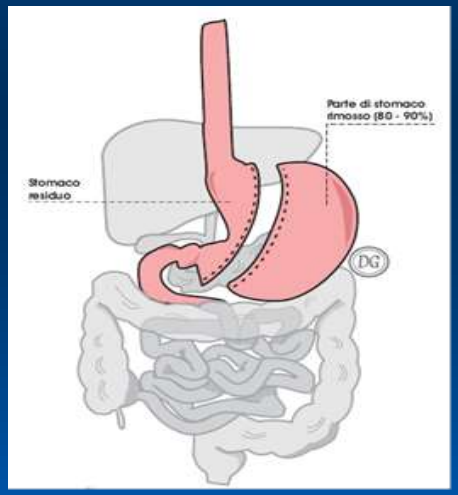
ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

CHIRURGIA DELL'OBESITA'

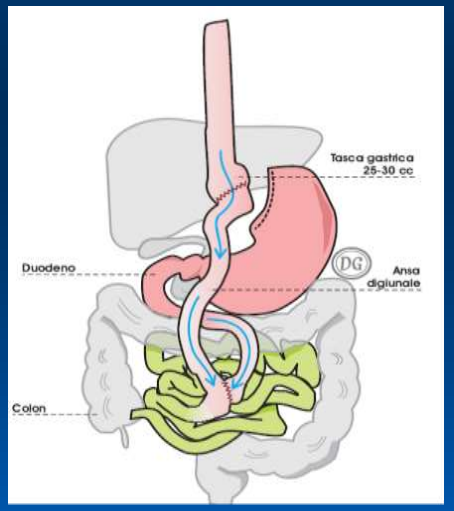
INTERVENTI RESTRITTIVI



BENDAGGIO GASTRICO



SLEEVE GASTRECTOMY



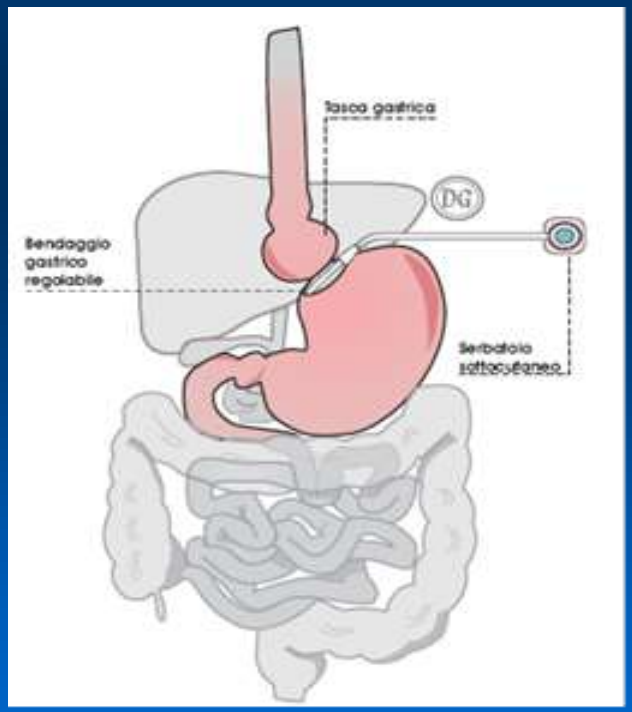
BY PASS GASTRICO

Dott. Monica Giuffrè

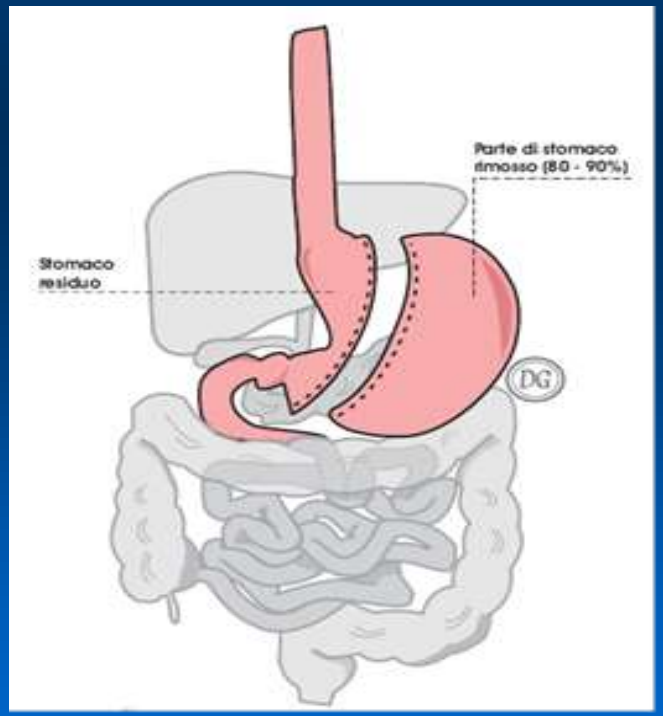
ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

INTERVENTI RESTRITTIVI PURI

- Garantiscono un SENSO di SAZIETA' PRECOCE
- Riducono l'apporto calorico ai pasti
- NON modificano la digestione e l'assorbimento dei cibi



BENDAGGIO GASTRICO



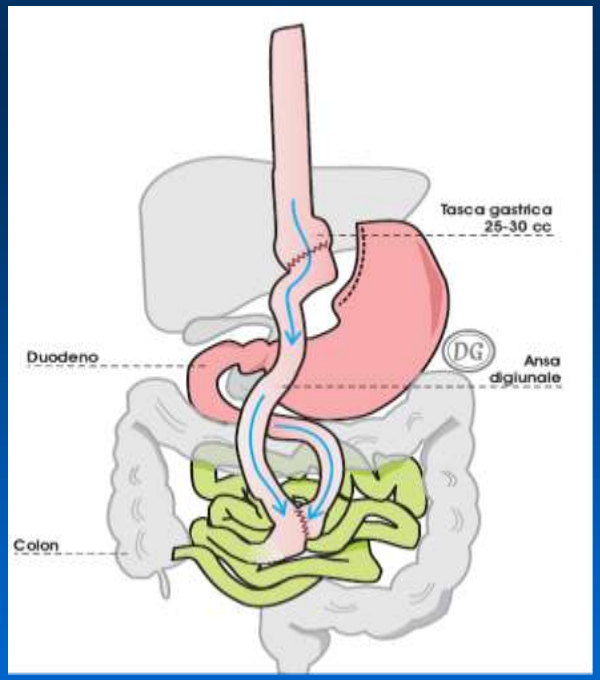
SLEEVE GASTRECTOMY

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

INTERVENTO RESTRITTIVO MISTO

- Riduce l'introito alimentare diminuendo la fame e accelerando il senso di sazietà anche grazie ad un meccanismo «ormonale»
- NON modifica l'assorbimento proteico.
- Efficace nel trattamento del diabete di tipo II



BY PASS GASTRICO

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

L'INTERVENTO CHIRURGICO NON "FUNZIONA" DA SOLO

Azione dell'intervento

↓

PRECOCE SENSO DI SAZIETÀ

↓

RIDUZIONE DELLE PORZIONI AI PASTI

Scelte del paziente

↓

ALIMENTAZIONE CORRETTA

↓

STILE DI VITA ATTIVO

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

Linee Guida Dietetico-Comportamentali post operatorie favoriscono:

- Calo ponderale duraturo e soddisfacente
- Corretta alimentazione a lungo termine
- Prevenzione di eventuali carenze nutrizionali

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

ALIMENTAZIONE

FASE POST OPERATORIA

- Indicazioni dietetico-comportamentali in base al tipo di intervento eseguito
- Monitoraggio del calo ponderale
- Valutazione di carenze nutrizionali
- Supplementazione postoperatoria adeguata

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

REGOLE GENERALI

- Fare 3 pasti principali e 2 spuntini
- Consumare il pasto molto lentamente, masticando accuratamente
- Non assumere contemporaneamente liquidi e cibi solidi
- Raggiunto il senso di sazietà non sforzarsi a mangiare ulteriormente
- Privilegiare alimenti di consistenza solida
- Evitare gli zuccheri semplici, bevande gassate e alcolici
- Non *spiluccare* tra un pasto e l'altro

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

LA PIRAMIDE ALIMENTARE DOPO GLI INTERVENTI BARIATRICI

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

La Piramide Alimentare è uno strumento di facile consultazione per il paziente. Suggerisce le scelte alimentari giornaliere nel post intervento.

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

PROGRESSIONE DELLA DIETA

- **DIETA LIQUIDA** per 1 settimana
- **DIETA SEMILIQUIDA** per 2-3 settimane in base al tipo di intervento e alla sintomatologia
- **DIETA SOLIDA** *'per sempre'* Frazionata in 3 pasti principali e 2 spuntini

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

I FASE
DIETA LIQUIDA

Colazione Latte scremato/tè/orzo/camomilla
+ zucchero 1 cucchiaino

Pranzo Brodo vegetale + parmigiano grattugiato

Cena Brodo vegetale + parmigiano grattugiato

Spuntino Yogurt da bere/mousse di frutta

Condimento 10g di olio extravergine d'oliva

Liquidi consigliati acqua, tisane, infusi, integratori di sali minerali

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

II FASE
DIETA SEMILIQUIDA

Colazione Latte parz. Scremato/tè /orzo
n.2 Fette biscottate/biscotti secchi

Pranzo Pastina in brodo vegetale + parmigiano grattugiato

Cena Carne magra/prosciutto cotto/pesce tritati
o formaggio cremoso o uovo o legumi

Spuntino Yogurt o frutta cotta/frullata o mousse di frutta

Condimento 10g di olio extravergine d'oliva

Cibi e liquidi consigliati acqua, tisane, infusi, omogeneizzati, purè di patate, passato di verdure

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

III FASE
DIETA SOLIDA

Colazione	Latte parz. scremato o Yogurt con n. 3 Fette biscottate/biscotti secchi
Pranzo	Pasta /riso/pane + verdure/legumi o secondo piatto a scelta
Cena	Carne magra o uova o pesce o formaggio o salumi
Spuntino	Frutta fresca o Yogurt a frutta
Condimento	20g di olio extra vergine d'oliva

Bere 1,5 L di acqua al giorno, lontano dai pasti

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

L'EFFICACIA DELLA CHIRURGIA DELL'OBESITA'

CONTROLLI POST-OPERATORI

Chirurgo-Nutrizionista

Psicologo

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

CONTROLLI
Bendaggio Gastrico Regolabile

Controlli programmati il 1° mese e più volte nel primo anno

- Determinazione dei valori antropometrici
- Anamnesi alimentare
- Indagine comportamentale (vomito)
- Stabilire se e quanto la protesi può essere regolata

- Dieta personalizzata ad introito calorico ridotto
- Attività fisica
- Indagini strumentali (radiografie, EGDS)
- Supporto psicologico

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

CONTROLLI
Sleeve Gastrectomy

Controlli programmati 1, 6, 12, 18 mesi, poi una volta l'anno

- **Determinazione dei valori antropometrici**
- **Anamnesi alimentare**
- **Indagine comportamentale**
  (vomito, stipsi, quota idrica)

- **Dieta personalizzata ad introito calorico ridotto**
- **Attività fisica**
- **Esami ematochimici e strumentali**
- **Supporto psicologico**

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

CONTROLLI
BY PASS GASTRICO

Controlli programmati 1, 6, 12, 18 mesi, poi una volta l'anno

- **Determinazione dei valori antropometrici**
- **Anamnesi alimentare**
- **Indagine comportamentale**
  (supplementazione e vomito)

- **Dieta personalizzata ad introito calorico ridotto**
- **Attività fisica**
- **Esami ematochimici**
- **Supporto psicologico**

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

SUGGERIMENTI E TRUCCHI

Come sfruttare al massimo il senso di sazietà dell'intervento?

- **PREDILIGERE CIBI SOLIDI**

- **LIMITARE IL CONSUMO DI LIQUIDI E CIBI SEMISOLIDI**

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

SUGGERIMENTI E TRUCCHI:

Incrementare l'apporto proteico

carne, pesce, uova, legumi….

- **Alto potere saziante**
- **Fonte di sostegno**
- **Fonte di FERRO**

~da 60 a 100g/die (da 20 a 30 g per pasto)

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

SUGGERIMENTI E TRUCCHI: SCEGLIERE LO SPUNTINO MIGLIORE

DA PREFERIRE

	Pera	Yogurt bianco da latte intero	Pane int. + marmellata	Crackers integrali	Frutta secca (4 noci)
Porzione	200 gr	125 gr	50 + 10 gr	40 gr	20 gr
Kcal	63	79	130	155	130

DA LIMITARE

	Barretta	Frollini al cioccolato	Merendina	Patatine	Nutella + grissini
Porzione	35 gr	48 gr	42 gr	40 gr	39 + 13 gr
Kcal	158	236	199	201	266

Dott. Monica Giuffrè

ISTITUTO DI CURA
CITTÀ DI PAVIA

Per confermare un successo è importante:

- Seguire un corretto stile di vita e adottare regole alimentari adeguate per garantire il mantenimento del peso raggiunto.
- Rimanere sempre in contatto con il Centro di riferimento.

Dott. Monica Giuffrè