

IL DIETISTA

Dalla prevenzione alla cura

Come esplicitato dal Profilo Professionale, e ripreso e ampliato dal Codice Deontologico approvato nel 2017 dall'associazione tecnico scientifica professionale (ASAND), il Dietista è *"il professionista sanitario competente per tutte le attività finalizzate alla corretta applicazione dell'alimentazione e della nutrizione ivi compresi gli aspetti educativi e di collaborazione all'attuazione delle politiche alimentari, nel rispetto della normativa vigente. Il Dietista deve considerare se stesso **al servizio del genere umano**. Il suo atteggiamento e il suo agire devono essere guidati dal rispetto per le persone e dal desiderio di promuovere la salute"*.

Già, al *"servizio del genere umano"* ... è, quindi, una professione con una responsabilità che parte dalla prevenzione, dove il Dietista collabora con istituzioni, società scientifiche o enti pubblici, industrie del settore alimentare e della ristorazione collettiva, istituti di ricerca, per l'organizzazione e la promozione di progetti di studio e di interventi a carattere divulgativo e/o educativo, e continua nell'ambito clinico, dove il dietista assicura il processo assistenziale della nutrizione (nutrizione clinica, nutrizione artificiale, disturbi dell'alimentazione, ...) anche in collaborazione con le altre professioni sanitarie.

Anche a livello internazionale il Dietista viene definito come *"il professionista che applica la scienza dell'alimentazione e della nutrizione per promuovere la salute, prevenire e trattare le patologie, ottimizzando la salute di individui, gruppi, comunità e popolazione"* (ICDA – International Confederation of Dietetics Associations).

Per comprendere nello specifico l'intervento dei Dietisti in questi diversi ambiti, raccogliamo l'approfondimento di **Marina Spanu**, dietista del **Dipartimento di Prevenzione**, e di **Maria Novella Petrachi**, **Coordinatrice dei Dietisti dell'ASL Città di Torino** che operano nei diversi Presidi Ospedalieri dell'ASL.

Marina Spanu

La vostra professione è molto conosciuta ed è fortemente presente all'interno delle aziende sanitarie. Come nasce?

"In Italia il Dietista è una figura professionale relativamente recente. Nel 1985, quando venne istituita l'ANDID (Associazione Nazionale Dietisti), la professione era già svolta da parecchi anni nell'ambito della collettività ed era sufficiente un diploma di scuola superiore e il tirocinio. Il Dietista era presente all'interno dei comuni e delle scuole dove si occupava dell'organizzazione della ristorazione collettiva ma il panorama a livello sanitario era alquanto desolante, sia a livello legislativo che amministrativo. Tra le tappe fondamentali per il riconoscimento della nostra professione in

ambito sanitario c'è indubbiamente l'approvazione del profilo professionale (D.M. n. 744 del 1994) dove, per la prima volta, si definivano e si normavano gli specifici atti di competenza del dietista conferendogli, di fatto, attività riservate. Anche il percorso formativo si è elevato e ampliato passando da una formazione molto eterogenea all'attuale Corso di Laurea di primo livello in Dietistica, istituito con la riforma del 2001, fino ai più recenti Master specialistici."

Quanto è importante la prevenzione e l'educazione alla buona alimentazione?

"La prevenzione è fondamentale, tant'è che l'interesse si è esteso anche a professioni non sanitarie che desiderano affrontare il tema sotto diversi punti di

vista. La prevenzione, in una società complessa come la nostra, deve essere attuata con un approccio multiprofessionale e trasversale.

La prevenzione in senso stretto non è solo un atto educativo: c'è un metodo ben preciso e specifico costituito da una serie di fasi per preparare, svolgere e misurare l'intervento adeguandolo alle specificità della popolazione che beneficerà dell'intervento.

Per esempio, la prima cosa da fare è l'analisi del contesto, devo capire quali sono le persone a cui vado a proporre il percorso. La maggior parte delle informazioni sono costruite sul target medio 'dell'uomo bianco europeo' ma, oggi, noi ci confrontiamo con culture differenti che mangiano in modo completamente differente da noi e utilizzano alimenti diversi. Non solo, anche la distribuzione dei pasti nella giornata è diversa. Vi sono culture, come quella dell'Africa sub-sahariana, dove la parola "pasto", che noi citiamo in alcune informazioni, non esiste. Per cui conoscere la popolazione e le persone dove effettuo un intervento di prevenzione è necessario perché dovrò anche modulare il linguaggio.

Pensate agli adolescenti che non percepiscono l'alimentazione come concausa di rischio per una malattia che potrebbero sviluppare in futuro. Con loro occorre attrezzarsi e comprendere i codici di accesso comunicativi che possano rompere e superare il muro della diffidenza e dell'indifferenza per un problema che non hanno e non sentono. Per questo tipo di popolazione devono essere studiati percorsi formative ben precisi.

Il professionista sanitario che si occupa di prevenzione deve avere un atteggiamento non paternalistico e soprattutto deve possedere una cassetta degli attrezzi ben fornita. Domande come **"di cosa hai bisogno?, Come posso aiutarti?"**,

permettono di creare quella relazione tra professionista sanitario e persona che permette a entrambi di costruire un progetto di prevenzione efficace e proattivo. Questo è il nuovo paradigma della prevenzione: **'Lavorare in cooperazione con le persone'.**"



Come il Covid-19 ci ha cambiati?

"Il Covid-19 sicuramente ci ha cambiati. Anche se direi che gli aspetti sono due: nella prima fase del lockdown le persone, stando di più a casa, hanno ritrovato il tempo per cucinare e hanno riscoperto il piacere di cucinare anche molte ricette della loro cultura. Ce ne siamo accorti dai post pubblicati sui social; ma è aumentato il numero di persone in sovrappeso perché il lockdown ha limitato fortemente un altro strumento fondamentale per il raggiungimento e mantenimento di un buono stato di salute psico-fisica, ossia l'attività fisica. Aggiungo anche che, soprattutto nella seconda fase del lockdown, si sono inasprite le disuguaglianze già presenti e la riduzione del reddito, a causa della chiusura di molte attività, ha aumentato il numero di persone che si rivolgono alle reti che distribuiscono cibo.

Il cibo è diventato così il problema per le persone che prima avevano la possibilità economica di fare la spesa e si sono trovate nella fascia legata alla povertà. Il lockdown ha focalizzato il dibattito anche sulla sicurezza alimentare che è diventato un serio problema".

Sul social media il tema alimentare è molto presente, le fake news sono numerosissime. Alimenti con proprietà miracolose, diete improbabili, cure per i malati di tumori... come si combatte questo bombardamento continuo di consigli alimentari non controllati?

"E' una domanda molto interessante e occorre premettere che il mercato delle diete è un mercato molto fiorente che fa girare tantissimi soldi.

Vi sono poteri economici che spingono la diffusione di notizie alimentari parziali, confondenti, non allineate alle indicazioni contenute nelle Linee Guida nazionali e internazionali che alimentano il caos informativo. Questo fenomeno è favorito dal fatto che gli effetti delle diete non salutari, nella maggior parte dei casi, non sono immediati; se io prendo un farmaco, sbagliando dose o indicazione, ho più facilmente degli effetti immediati, mentre se seguo un regime alimentare senza nessun fondamento scientifico gli effetti li vedo nel medio e lungo periodo. Per questo motivo è aumentato il numero di 'personaggi' con un folto numero di 'follower' sui social o sui programmi televisivi che elargiscono consigli alimentari o schemi dietetici senza una preparazione adeguata o spesso senza nessun tipo di formazione specifica.

La lotta all'abusivismo della professione è uno degli obiettivi delle Commissioni di Albo dei Dietisti e dell'Ordine delle Professioni Sanitarie Tecniche, della Riabilitazione e della Prevenzione. Tutti i Dietisti abilitati alla professione, che lavorano nelle strutture pubbliche, private convenzionate e private o in regime di Libera Professione, devono essere iscritti all'Albo di appartenenza.

A questo si deve affiancare la costruzione di alleanze con chi si occupa di informazione, non solo giornalisti e divulgatori, ma anche influencer e testimonial, perché siano veicolo di una

informazione basata sulla scienza e non su falsi miti o filosofie personali. E' una questione etica.

Ricordiamo tutti l'onda che ci ha travolto rispetto ad alcune notizie riguardanti il consumo di carni rosse. 'Urlare' sul giornale la notizia che la carne rossa fa venire il cancro, senza spiegare che sono la dose e la frequenza a fare la differenza, e che è altrettanto importante la qualità di ciò che mangio: conoscere come l'animale viene allevato, che tipo di mangime è stato utilizzato, se l'allevamento da cui proviene è intensivo, quanto se ne consuma, appunto, e con che frequenza, permette di non creare terrorismo inutile. Questo vuol dire fare prevenzione, lavorare sulla complessità.

E' responsabilità di chi si occupa di salute contrastare la divulgazione di informazioni che possono essere interpretabili e che spesso diventano un boomerang".



Che tipo di attitudine deve avere un ragazzo che vuol far il vostro lavoro?

"Le caratteristiche principali che deve avere una ragazza o un ragazzo che vogliono intraprendere questo tipo di studi è la predisposizione all'ascolto e la sensibilità nel raccogliere la storia delle persone, perché il cibo è per molti uno "scudo" dalle difficoltà della vita. Nella nostra carriera abbiamo accolto molte persone e molti pianti. Il primo colloquio è fondamentale, ascoltare e accogliere le persone permette di instaurare quel rapporto di fiducia che può fare la differenza sia nel percorso preventivo che di cura.

Poi occorre essere curiosi, e coltivare questa curiosità, perché il cibo cambia nel tempo ed è un fatto culturale.

Cambia con il cambiamento della società: quando io ho iniziato a fare la dietista la società era diversa e la globalizzazione si affacciava anche con la presenza di cibi diversi; nel frattempo è cambiata la tipologia di lavoro, perché anche il lavoro che fai incide su ciò che mangi, se hai una mensa o se fai i turni ... quindi occorre la voglia di conoscere, e attrezzarsi adeguatamente utilizzando, per esempio, strumenti di analisi e di ricerca dell'antropologia e della sociologia. Con gli studenti che fanno tirocinio da noi, insistiamo molto sul fatto che siamo professionisti sanitari dell'area tecnica. La grande sfida è quindi tradurre la teoria con azioni pratiche. Per questi motivi i mercati e i supermercati, i media che pubblicizzano i prodotti, la cucina di casa dove sperimentare nuove ricette salutari (senza dimenticare che mangiare deve rimanere un piacere), diventano laboratori di osservazione e di ricerca privilegiati e fondamentali."

Cosa ti ha spinto a fare questo lavoro?

"Ho scelto questa professione perché il cibo nella mia famiglia è stato sempre importante, soprattutto la scelta del cibo. I miei genitori stavano molto attenti alla varietà del cibo presente sulla tavola, alla freschezza e ai colori diversi del cibo e, in questa professione, cerco di soddisfare questa esigenza, convinta dell'impatto che il mangiare in modo salutare ha sul benessere psico-fisico ma anche sulla gestione di una patologia, soprattutto nella cronicità. Per questo mi sono iscritta alla Scuola Regionale dove il prof. Balzola ci ha stimolato a fare sempre di più, a migliorarci e ad emanciparci. Ho iniziato la mia carriera professionale in ambito clinico e, ora, lavorare in ambito preventivo mi permette una visione a 360 gradi degli aspetti della nutrizione e dell'alimentazione."

Vediamo adesso un altro aspetto della professione ed entriamo nei reparti di cura, nel mondo della nutrizione ospedaliera con la dott.ssa **Maria Novella Petrachi**, Coordinatrice dei Dietisti dell'ASL Città di Torino.



Maria Novella Petrachi

"Il nostro team opera su sedi ospedaliere e ambulatoriali dell'ASL Città di Torino all'interno della S.C. Nutrizione Clinica, dove sono inseriti 17 dietisti e 9 medici dietologi."

Per quanto riguarda l'attività ospedaliera siamo dislocati nei presidi ospedalieri dell'Amedeo di Savoia, del Martini, del Maria Vittoria, del San Giovanni Bosco e nelle sedi di via Silvio Pellico, Oftalmico e Farinelli per le attività ambulatoriali."

Nelle Sedi dell'Ospedale Sperino Oftalmico e Farinelli prevale l'attività di collaborazione con la Diabetologia. La prima sede è stata anche teatro dell'emergenza Covid-19 dove siamo stati coinvolti in prima linea con altri specialisti, soprattutto rianimatori, a partire dalla seconda ondata. Nella primavera 2020 siamo stati chiamati a gestire la ristorazione per degenti ed operatori sanitari alle OGR e al Valentino."

I malati Covid-19 hanno una necessità nutrizionale differente rispetto agli altri degenti?

"Sì, i malati Covid-19 necessitano di un elevato apporto di calorie e di proteine e di



pasti di facile masticazione, perché uno dei problemi in questo tipo di paziente è l'affaticamento e lo scarso appetito, quindi occorre prevedere pasti con cibi a consistenza morbida, preparazioni cremose, ma allo stesso tempo ipercaloriche e iperproteiche.

Abbiamo avuto a disposizione numerose Linee Guida che venivano consultate e messe in atto secondo le esigenze; anche la nostra associazione professionale, l'ASAND, in tempi molto brevi ha pubblicato delle Linee Guida a riguardo, e ciò ha determinato la strutturazione di un intervento adeguato e tempestivo.

Laddove necessario, abbiamo impostato la nutrizione artificiale enterale o parenterale: dietista e medico dietologo hanno lavorato in sinergia per una migliore presa in carico del paziente. Sono due figure che si integrano, la collaborazione è continua e armonica per il bene del paziente che merita una presa in carico a 360° gradi. La parte clinico medica e la parte dietistica si completano e guardano al paziente nel suo complesso."

L'attenzione alla corretta alimentazione in un reparto è molto importante?

"Rispetto al passato, all'interno dei nostri ospedali, in tutti gli ambiti specialistici, la sensibilità verso l'alimentazione è aumentata notevolmente.

Negli ultimi anni il numero di richieste di intervento di medici dietologi e dietisti e il riconoscimento da parte delle varie figure professionali nei nostri confronti è aumentato tantissimo. All'inizio era necessario far conoscere il nostro ruolo e la nostra professionalità, lo scopo era quello di far capire quanto il nostro intervento avrebbe potuto migliorare il decorso della malattia o in alcuni casi determinarne la guarigione."

Voi venite chiamati da tutti i reparti?

"Praticamente sì, e oltre a seguire il paziente singolarmente abbiamo anche istituito dei gruppi di sostegno/informazione durante il percorso terapeutico o di educazione nei pazienti che hanno avuto un evento acuto per modificare le loro abitudini alimentari. Vi sono gruppi in nefrologia, oncologia, diabetologia, cardiologia.

Un altro aspetto di grande rilevanza in ambito ospedaliero è la nutrizione artificiale: attraverso accessi quali sondino naso gastrico, gastrostomia, digiunostomia, seguiamo pazienti che hanno subito interventi chirurgici importanti e pazienti cronici con malattie neurologiche che non permettono la ripresa dell'alimentazione spontanea, questi vengono seguiti sia a domicilio che presso le strutture residenziali dove sono ricoverati.

Adesso siamo stati dotati di uno strumento ad alta tecnologia, molto prezioso, che è il **calorimetro** che serve per calcolare il valore del dispendio energetico di base sia nel paziente in salute che nello sportivo e fino al malato.

Con questo strumento riusciamo ad essere molto più precisi sul calcolo del fabbisogno calorico del paziente, possiamo interpretare i dati forniti dall'esame per stabilire il trattamento dietoterapico più adeguato e sicuramente personalizzato."

Quanto è importante lavorare in équipe?

"Il lavoro in équipe, attraverso un'organizzazione multiprofessionale, è lo strumento che consente di integrare le competenze, le conoscenze e le abilità di ogni figura professionale per un intervento efficace che pone al centro la persona assistita. Tutto questo senza perdere mai di vista il proprio ruolo professionale specifico e la responsabilità professionale che ne deriva.

Da sempre il lavoro in équipe è, soprattutto in alcuni ambiti molto



specialistici della nostra professione come la nutrizione artificiale, la base per operare secondo le evidenze scientifiche. Il team nutrizionale è da sempre il riferimento per questo tipo di attività ma molte sono le realtà dove il dietista si trova a lavorare in equipe (diabetologia, nefrologia, oncologia, nutrizione clinica, disturbi alimentari) instaurando relazioni di collaborazione con altri professionisti sanitari, nell'interesse dei pazienti e della qualità dell'assistenza."



Come definiresti la tua professione?

"Tra le professioni sanitarie il dietista appartiene all'area "tecnico-assistenziale", opera con conoscenza, etica e responsabilità e l'aggiornamento e la formazione devono essere costanti per garantire alti standard professionali.

La presa in carico del paziente è strutturata e ben definita. Nell'ambito clinico e preventivo il Dietista assicura l'intero processo assistenziale della nutrizione applicando un approccio sistematico, basato sull'evidenza, standardizzato e centrato sulla persona assistita, adottando il Nutrition Care Process Terminology (NCPT): un metodo sistematico di lavoro sviluppato dall'Academy of Nutrition and Dietetics e condiviso dalla comunità dei Dietisti europei, basato sul problem solving e finalizzato all'assunzione di decisioni nei confronti di

problemi di salute correlati alla nutrizione. Il NCPT prevede quattro fasi di intervento

che distinguono l'agire del Dietista: valutazione nutrizionale e rivalutazione; diagnosi nutrizionale; intervento nutrizionale; monitoraggio e valutazione degli esiti.

Il dietista è chiamato ogni giorno all'ascolto delle storie di malattia e di vita delle persone di cui si prende cura, di raccogliere e accogliere le storie alimentari con la consapevolezza che mangiare non è solo nutrirsi ma che il cibo è simbolo di relazioni, incontri, tradizioni e spesso evoca nella memoria significati particolari. Spesso si pensa al dietista come a qualcuno che "ti mette a dieta" ma questa definizione è riduttiva della possibilità di intervento a 360° nell'ambito dell'alimentazione e della nutrizione. Il campo di intervento spazia dall'educazione alimentare alla nutrizione artificiale, passa dagli aspetti preventivi dell'alimentazione (in ambito oncologico, cardiologico, metabolico, nelle patologie croniche non trasmissibili) a quelli terapeutici (nelle patologie sensibili alla dieta, nella malnutrizione, nella nutrizione artificiale). Il dietista non solo informa ma forma la persona assistita affinché questa acquisisca le competenze necessarie ad operare scelte nutrizionali consapevoli e salutari."

L'ingresso nell'Ordine delle Professioni Sanitarie cosa rappresenta per voi?

"Non è solo il riconoscimento di una professione, perché quello c'è ed io sono molto contenta della percezione che ricevo rispetto al nostro ruolo. I concorsi che vengono indetti per l'implementazione degli organici dietistici sono aumentati di molto rispetto al passato e sono sempre di più le aziende sanitarie in cui è presente il servizio di Nutrizione Clinica e di Dietetica strutturato: questo è un bel segnale. Si lavora con tutte le professioni in equipe per cui da quel punto di vista buona parte



del lavoro è già stato svolto anche se non bisogna mai sentirsi arrivati.

Sicuramente a me viene da pensare all'Ordine come ad una garanzia sia per la crescita professionale in termini di formazione e di riconoscimento a vari livelli, che per una protezione come professionista lavoratore. Non ultimo l'Ordine garantisce la tutela del dietista e della persona assistita, laddove altre figure professionali possano in qualche modo intervenire senza averne competenze né titoli."

PROFESSIONI
SANITARIE

