

La collaborazione fra i servizi di Oncologia e SIAN nell'ambito del progetto

“Obiettivi di Salute “

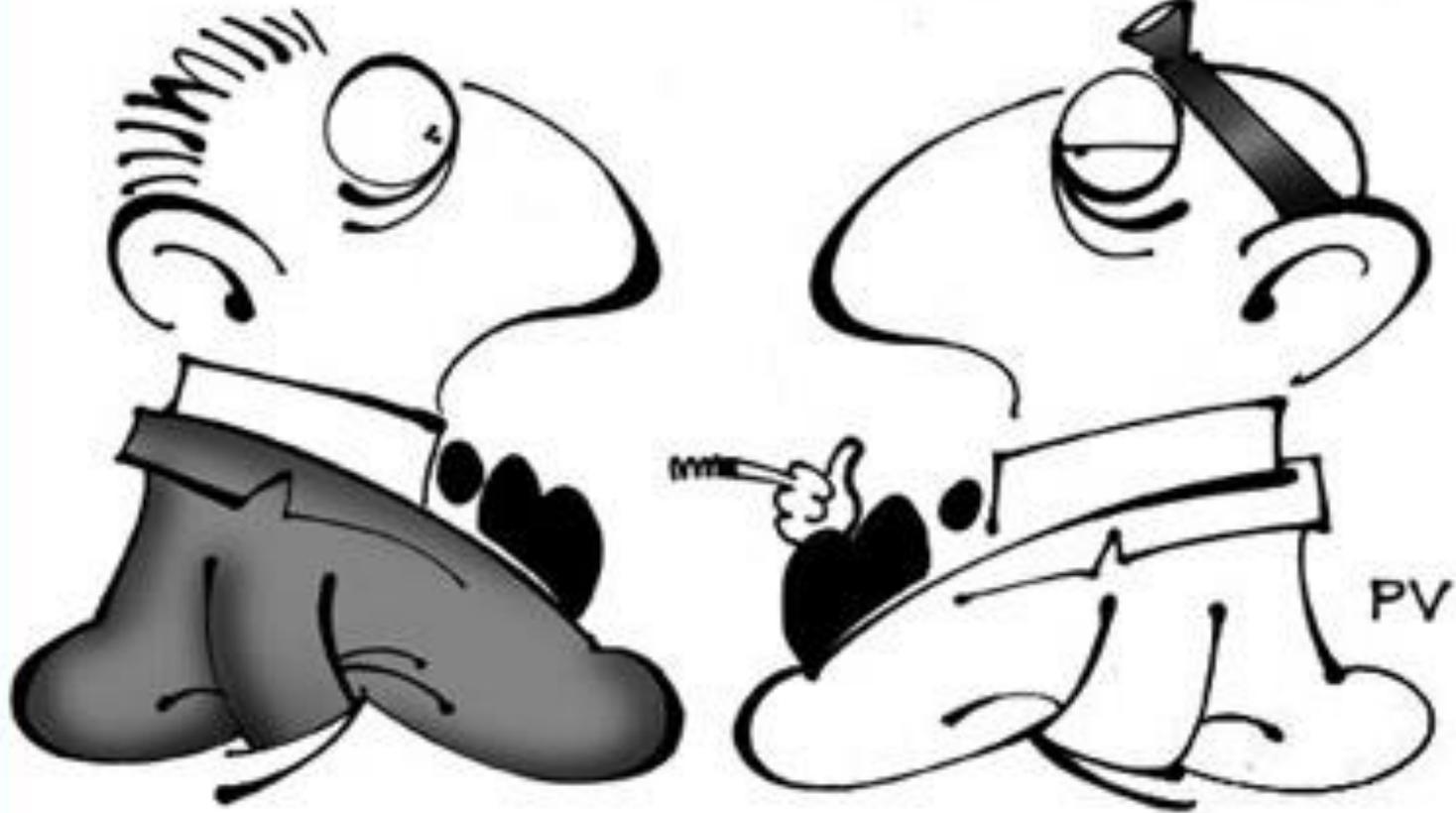
Ermanno Rondini

ASMN-IRCCS

02-12-13

Dottore, adesso che
sono guarito cosa
devo mangiare?

Mangi quel
che vuole!





Welcome to the WCRF global network's diet and cancer report website

The latest evidence on food, nutrition, physical activity,
and the prevention of cancer.

Find out about WCRF/AICR's Continuous Update Project (CUP),
Second Expert Report and Policy Report.



World
Cancer
Research Fund

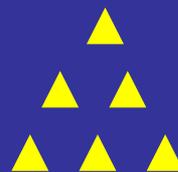
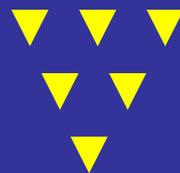


American
Institute for
Cancer Research

**Food, Nutrition,
Physical Activity,
and the Prevention
of Cancer:**
a Global Perspective

WCRF 2007:

- Mantenersi snelli per tutta la vita
- Praticare quotidianamente esercizio fisico
- Evitare bevande zuccherate
- Limitare le bevande alcoliche
- Limitare i cibi ad alta densità calorica
- Basare l'alimentazione quotidiana prevalentemente su un'ampia varietà di cereali non raffinati, legumi, verdure e frutta
- Limitare le carni rosse
- Limitare sale e cibi conservati sotto sale
- Evitare le carni conservate
- Ricavare i nutrienti dai cibi, non da integratori
- Allattare i figli
- *Le stesse raccomandazioni valgono anche, in assenza di specifiche controindicazioni, per le persone che hanno avuto un tumore*



AIOM (Associazione Italiana Oncologi Medici)

- Recente pubblicazione (2013) delle Linee Guida per la cura delle neoplasie
- Specifico capitolo dedicato al Follow Up dei pazienti guariti dopo trattamento primario per ogni tipo di neoplasia
- Per ogni singola neoplasia vi sono indicati i tempi e gli esami necessari da effettuare .

Per la prima volta indicazioni specifiche

- Si raccomanda di suggerire l'adozione di corretti stili di vita (controllo del peso corporeo , attività fisica , dieta equilibrata , astinenza del fumo , limitazione del consumo di alcool)
- E' utile rilevare periodicamente il livello di disagio emozionale del paziente e in caso di sofferenza significativa sia inviato ad un servizio di psico-oncologia .

Lettera di dimissioni del paziente dal servizio per il M.M.G.

- “E’ inoltre importante che al paziente siano date raccomandazioni per un corretto stile di vita (controllo del peso corporeo , attività fisica , dieta equilibrata , astinenza dal fumo ,limitazione del consumo di alcool).”
- Sono raccomandazioni giuste ma un po’ generiche !

Luoghi di Prevenzione

Obiettivi di Salute

- Indispensabile dare i contenuti specifici alle raccomandazioni
- Mentre l'astinenza dal fumo è una raccomandazione chiara, meno specificata la limitazione dell'alcool
- Più problematico cosa si intende per controllo del peso, dieta equilibrata e attività fisica.

Dieta equilibrata ?

- Abbiamo specificamente coinvolto il SIAN come esperti nel controllo del cibo nella lunga filiera dalla produzione al consumo ma anche come formatori degli operatori che devono occuparsi praticamente dell'alimentazione
- Ma questo non basta: prima abbiamo fatto un corso di formazione che definisse un consenso sulla corretta dieta .

Dieta Mediterranea

- Incontro e collaborazione con il prof. Franco Berrino e la Cascina Rosa (INTM)
- Evidenze scientifiche da studi epidemiologici : la dieta mediterranea rappresenta il modello a cui fare riferimento (Studio EPIC , Studio Diana ecc...)
- Collegamento con la Medicina Tradizionale Cinese (dr.ssa Ligabue Bernadette) e con la Macrobiotica
- Psiconeuroendocrinoimmunologia - PNEI (prof. Francesco Bottaccioli , prof. Gioacchino Pagliaro)
- Collaborazione con Istituti Alberghieri per la realizzazione di ricette di cucina con gli studenti ecc...

Nuovo Paradigma :

Approccio Olistico

- E' ciò che unisce le diverse esperienze che vanno dalla medicine tradizionali orientali alle cosiddette medicine non convenzionali ed alla medicina occidentale espressa dalla PNEI
- L 'organismo umano è definibile come una unità strutturata e interconnessa , dove i sistemi psichici e biologici si condizionano reciprocamente e dove la relazione con le altre persone determina emozioni e stress che lo influenzano .

La Metodologia di Luoghi di Prevenzione

Ma i contenuti non bastano

Da troppo tempo tutti sanno che l'esposizione ad alcool , fumo , stili di vita ed alimentazione scorretta porta ad un maggior rischio di patologie croniche (oncologiche , cardiovascolari , metaboliche) senza che i comportamenti poi vengano modificati nella realtà quotidiana .



Presupposti metodologici e teorici

*Dall'approccio bio-medico (dualismo mente/corpo)
all'approccio psico-sociale:*

Intervento rivolto alla persona per potenziare le capacità individuali di prendersi cura attiva di sé

Attenzione all'interazione fra cause biologiche, psicologiche, sociali e ambientali nel percorso dalla prevenzione alla cura del processo di malattia.

Lettura del Percorso salute/ malattia come continuum psicofisico



Come favorire il cambiamento:

per ogni fase del processo di cambiamento esistono strumenti specifici che sostengono la contrattazione di obiettivi di salute .

L'uso di tecniche interattive :

rilassamento, scrittura creativa, meditazione, laboratori espressivi, gioco di ruolo, play back theatre, psicodramma...

favorisce la motivazione al cambiamento.



LE TECNICHE INTERATTIVE SONO STRUMENTI MOTIVAZIONALI

Esplorazione della sfera dei bisogni (insoddisfazioni/
preoccupazioni)

Espressione dei propri bisogni (psicologici ed organici)

Ascolto e lavoro attivo su desiderio e propensione al
cambiamento, con sostegno all' autoefficacia

Capacità di contrattare obiettivi di salute in modo intenzionale
per il cambiamento dei comportamenti .



SIAN e Servizi di Oncologia

Primo Livello:

Formazione presso luoghi di prevenzione nel corso dedicato a tutto il servizio di oncologia (invitati tutti gli operatori dai medici al personale di segreteria)

Secondo Livello :

Consulenza specifica agli operatori che si occupano di dare informazioni alimentari ai pazienti e familiari nei servizi oncologici .

SIAN e LILT

- Attraverso Luoghi di Prevenzione ed il Progetto CCM “ Obiettivi di Salute “ , di cui è responsabile la Regione Emilia Romagna , favorire la collaborazione nelle altre regioni italiane tra i rispettivi SIAN , Sezioni Provinciali della LILT e servizi di oncologia .

Per il futuro

- Favorire l' 'introduzione dei contenuti e delle metodologie di Luoghi di Prevenzione nei diversi ambiti che spaziano dalla LILT Nazionale alle società scientifiche (AIOM , AIRO ecc...) , all ' Università (corsi di laurea e specializzazioni) e alle scuole di ogni ordine .
- Inserire nel sito del SIAN un link con Luoghi di Prevenzione .