

"SIAMO CIÒ CHE MANGIAMO?"

Le problematiche nutrizionali del paziente con carcinoma polmonare e il ruolo della nutrizione nella gestione della malattia.



Promosso da



con il patrocinio di



Al via il ciclo di webinar sulla qualità di vita dedicato ai pazienti con tumore del polmone e ai loro caregiver.

Il ruolo della nutrizione in oncologia sta emergendo con sempre più forza, dalla prevenzione al supporto durante i trattamenti. Evidenze scientifiche indicano che esistono pattern alimentari in grado di ridurre il rischio di sviluppare i tumori e aiutare i pazienti a rispondere meglio alle terapie. Nessuna dieta è miracolosa, ma dovrebbe essere spiegato ai pazienti oncologici che le buone abitudini alimentari non devono entrare in conflitto con lo stile di vita, ma favorirne uno sano e piacevole. Questo è l'argomento del primo degli **incontri Meet2Talk**, iniziativa promossa da **Roche** con il **patrocinio di WALCE Onlus e IPOP Onlus**, dedicata alle persone che vivono e convivono con un tumore al polmone ai loro caregiver, che si è svolto lunedì 7 marzo.

A parlarne sono stati chiamati

la **Dott.ssa Chiara Bennati**

Oncologia Medica-AUSL Romagna, Ravenna

il **Dott. Riccardo Caccialanza**

Direttore UOC Dietetica e Nutrizione Clinica, Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo

Il paziente in trattamento attivo deve essere sostenuto dal punto di vista nutrizionale perché il trattamento impatta sulla possibilità di alimentarsi con una serie di sintomi – dalla nausea alla fatigue, dalla stipsi, alla diarrea, all’ansia e alla depressione – e per questo è necessario trovare strategie per supportare l’organismo con il giusto apporto calorico, proteico, di micronutrienti e minerali.

“La perdita di peso e la malnutrizione portano a peggiori risultati clinici, più complicanze della chirurgia, maggiore tossicità dei farmaci, prolungamento della degenza, più frequenti riospedalizzazioni, tassi di mortalità più alti e qualità di vita peggiore”, ha spiegato Caccialanza.

E, in ultima analisi, anche a un aumento sostanziale dei costi sanitari perché il paziente torna in ospedale e lì rimane più a lungo.

Un fenomeno che vale per tutti i pazienti oncologici, in particolare però per quelli con tumore del polmone: la **prevalenza della malnutrizione si aggira sul 50% dei casi fin dalla diagnosi**. Agire per tempo è però quanto mai importante perché a un buono stato nutrizionale corrispondono maggiori chance terapeutiche: si possono somministrare le terapie nelle giuste dosi e provare diversi trattamenti. “Il nostro obiettivo è quello di mettere il paziente in grado di ricevere i trattamenti nel modo più appropriato”, specifica Caccialanza. *“Ci sono studi che dimostrano che prendere in carico fin dalla diagnosi il paziente, anche se non francamente malnutrito, offrendo counseling e supplementi nutrizionali orali, consente di ridurre il rischio di sospendere le terapie o di ridurre il dosaggio. Un intervento che sul lungo periodo porta anche un risparmio ingente per il Sistema Sanitario Nazionale”*.

I servizi/le strutture di nutrizione clinica non sono ancora diffuse in tutta Italia in modo adeguato, ma alcune Regioni stanno introducendo la possibilità per i pazienti oncologici di ricevere anche questo servizio e la supplementazione nutrizionale orale, se necessaria, in maniera gratuita a domicilio. È uno dei tasselli necessari a formare il puzzle della cura personalizzata, che si può realizzare solo all’interno di un lavoro multidisciplinare di presa in carico dei pazienti. Un altro tassello fondamentale è quello della caratterizzazione molecolare del tumore, che va eseguita alla diagnosi e poi ogni qual volta c’è una progressione ed è necessario cambiare terapia.

“Oggi abbiamo a disposizione molte terapie mirate che colpiscono bersagli specifici per il tumore del polmone non a piccole cellule ed è quindi essenziale garantire a tutti i pazienti, ovunque essi siano seguiti, una corretta diagnosi eseguita con le tecniche di sequenziamento di ultima generazione”, ha detto Bennati.

Gli studi clinici dimostrano chiaramente un aumento della sopravvivenza per i pazienti che vengono trattati sulla base delle alterazioni molecolari presenti

“La caratterizzazione molecolare apre ai pazienti le porte delle sperimentazioni cliniche, che sono vere opportunità di trattamento. È importante che i malati e i loro caregiver si informino sulle possibilità, consultando ad esempio il sito dell’Associazione Italiana Oncologia Medica o informandosi tramite le associazioni pazienti”, ha concluso Bennati

che nel suo centro sta conducendo uno studio sull’efficacia dell’attività fisica in specifiche popolazioni di pazienti. In particolare questo studio (EXcellenT trial) prevede proprio l’arruolamento di pazienti in trattamento con terapie molecolari per specifici drivers (EGFR, ALK, ROS1, BRAF, RET) a cui verrà proposto un programma di esercizi fisici personalizzati. Tra gli scopi dello studio, quello di valutare quale è l’impatto di un’attività fisica programmata sul sistema immunitario dei pazienti.

Lo stile di vita, dall’alimentazione al movimento, può fare la differenza. Senza esagerazione, introducendo buone abitudini nella vita di tutti i giorni, per aumentarne la qualità.

Take home messages

L’importanza della **rilevazione del peso** nel paziente affetto da tumore al polmone è un **passaggio fondamentale all’inizio della diagnosi**. Per garantire una maggior efficacia delle terapie è **fondamentale rilevare il peso del paziente oncologico al momento della diagnosi e monitorarlo costantemente**, sia in presenza di medici specializzati nel settore, che autonomamente. Durante tutto il periodo di cure è importante cercare di **mantenere un’adeguata massa e funzionalità muscolare seguendo un’alimentazione soddisfacente in termini di calorie e proteine**, abbinata ad **un’attività fisica tonificante costante e possibilmente personalizzata**.

Non sono previste diete “anti-cancro” o approcci distintivi validati da letteratura scientifica. In base alla diagnosi, la nutrizione deve essere adattata e allineata ai sintomi, senza eccessi o esclusione di alimenti. In generale, è bene **cercare di mantenere un adeguato stato nutrizionale attraverso un’alimentazione bilanciata e vari**, adeguata dal punto di vista calorico, proteico, completa e che può prevedere anche l’assunzione di zuccheri, purchè non in quantità eccessive. Al fine di aumentare il consumo di fibra e contenere gli eventuali sbalzi glicemici legati ad esempio alla terapia cortisonica, è consigliabile l’assunzione anche di prodotti integrali, compatibilmente con le condizioni intestinali.

Le **supplementazioni orali** devono essere sempre prescritte e **mai lasciate al "fai da te"**. In caso di difficoltà, **solo il personale medico specializzato può rilasciare indicazioni sulle pratiche da adottare.**

In casi di difficoltà, quando **l'alimentazione e la supplementazione orale non sono sufficienti**, si adotta la nutrizione artificiale, sempre adattata alla diagnosi, **da personale medico specializzato.**

Mantenere una corretta idratazione e un'alimentazione bilanciata, varia, ricca in frutta e verdura, limitata in grassi animali, conservanti e alcolici può contribuire alla salute del fegato e aiutare a contenere l'aumento dei valori epatici durante il trattamento con farmaci antitumorali.

In questa direzione va anche il secondo webinar di Meet2Talk che sarà dedicato all'attività fisica. Appuntamento il 19 aprile alle 17.



"NON MI FERMO"