

Dott.ssa Marina Paesani

- Medico Chirurgo
- Specialista in Scienza dell'Alimentazione
- Esperto in nutrizione sportiva
- Medico in formazione c/o la scuola internazionale di Medicina Estetica SIME Fondazione Fatebenefratelli

Un gesto quotidiano come il nutrirsi può essere intriso di profondi significati, fisiologici come nella convivialità e nella tradizione, ma anche patologici nelle alterazioni della qualità e della quantità per eccesso o per difetto. Migliorare il proprio rapporto con il cibo, correggere eventuali errori nutrizionali, adottare uno stile di vita sano è un passo imprescindibile per raggiungere uno stato di benessere- psicofisico, indipendentemente dal normopeso.

L'obiettivo comune di medico e paziente deve essere quello affrontare in modo personalizzato il tema della nutrizione del paziente, considerando le sue caratteristiche fisiologiche e patologiche, al fine di assicurare il miglior stato di salute possibile, accompagnandolo, se necessario, in un percorso multidisciplinare personalizzato.

Questo percorso si avvale quindi di una fase diagnostico/conoscitivo, anche grazie all'ausilio di strumenti e della eventuale prescrizione di analisi per poter conoscere la situazione clinica del paziente, non solo al primo incontro ma anche nel prosieguo del percorso.

Il principale risultato è la formulazione di un protocollo alimentare non necessariamente volto al dimagrimento ma anche alle diverse problematiche di tipo nutrizionale/patologico o alla semplice - ma non banale - volontà di alimentarsi nel modo corretto per mantenere il proprio stato di salute.

Il raggiungimento di questo obiettivo non può prescindere dall'affrontare anche eventuali dinamiche psicologico-comportamentali disfunzionali, in un'ottica di presa in carico globale e multidisciplinare del paziente.

Informazioni inerenti la 1° visita dietologica

- La prima visita dura circa un'ora.
- Portare in visione gli ultimi esami ematochimici eseguiti (nell'ultimo anno). Se non sono stati eseguiti verrà valutata la prescrizione durante la prima visita.
- Portare eventuale documentazione medica inerente il motivo della visita (es ecografia addominale, colonscopia, visite gastroenterologiche, diabetologiche, endocrinologiche, oncologiche, lettere di dimissioni da recenti ricoveri ecc).
- Portare l'elenco dei farmaci assunti con il relativo dosaggio
- Durante la prima visita viene eseguita, se ritenuto opportuno, la valutazione della composizione corporea tramite bioimpedenziometria. Per rendere più riproducibile questo esame è opportuno:

o Presentarsi senza creme applicate su arti superiori e inferiori, mani e piedi.

o Non effettuare importanti sforzi fisici (allenamento) prima della rilevazione

o Non ingerire nelle 3 ore precedenti la visita bevande zuccherine, alcoliche o alimenti molto salati o zuccherini.

o Svuotare la vescica prima di recarsi in visita.

- La prima visita ha un costo di 100,00 €, i controlli di 60,00 €.
- È possibile pagare con il bancomat. Si ricorda a tal proposito che secondo la legge di bilancio n. 160 del 27/12/2019, a partire dal 1° gennaio 2020 sarà possibile detrarre il 19% delle spese mediche solo se il versamento viene effettuato con una modalità di pagamento tracciabile (bancomat, carta di credito, bonifico bancario).
- Il primo controllo è generalmente fissato a 40 giorni dalla prima visita, la cadenza successiva è di controlli ogni 30-40 giorni ma è variabile in base al percorso del singolo paziente.