

COUNSELING TELEFONICO DURANTE IL LOCKDOWN: STUDIO D'INTERVENTO PRESSO IL SERVIZIO DI DIETOLOGIA E NUTRIZIONE CLINICA DELL'OSPEDALE SACCO

V. Lamon, C. Degradi, C. Vecchio, M. Spinola, C. Camerotto, M. Semeraro, P. Manfrin, A. Boggio, F. Muzio
ASST Fatebenefratelli Sacco, P.O. e Polo Universitario L. Sacco, Milano

Introduzione

A causa della pandemia da covid-19, durante il lockdown (marzo-aprile 2020), non è stato possibile effettuare visite di controllo dietologico.

Obiettivo dello studio

L'obiettivo è stato quello di valutare l'efficacia del counseling nutrizionale in pazienti affetti da obesità che, prima della quarantena, partecipavano a gruppi di educazione alimentare.

Materiali e metodi

In marzo e aprile 2020 sono stati contattati telefonicamente 61 pazienti, età media 60,7 (\pm 11.9) anni, 33 femmine (54.1%) e 28 maschi (45.9%) che, precedentemente al lockdown, partecipavano a gruppi di educazione alimentare: 53 (86.9%) di essi hanno aderito al monitoraggio. Sono stati indagati peso corporeo e abitudini alimentari. Inoltre è stata svolta attività di counseling e, al primo contatto telefonico fornite via email linee di indirizzo per la gestione nutrizionale elaborate dal nostro Servizio. Per tutti i pazienti è stata programmata una visita in presenza alla fine della quarantena. Sono state denominate t0 l'ultima visita in ambulatorio, t1 il primo contatto telefonico (marzo), t2 il secondo contatto (aprile) e t3 la visita in ambulatorio post lockdown. L'analisi statistica è stata effettuata mediante test T per dati appaiati.

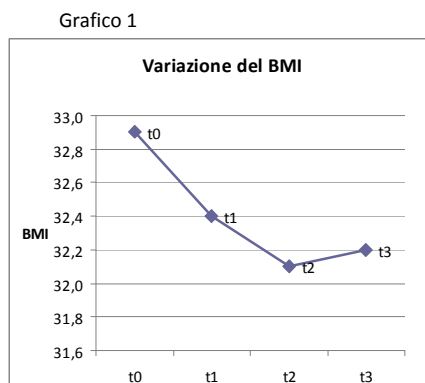
Risultati

I dati relativi alle variazioni di peso e BMI sono riportate nella Tabella 1. La comparazione dei dati non ha espresso significatività statistica.

Tabella 1

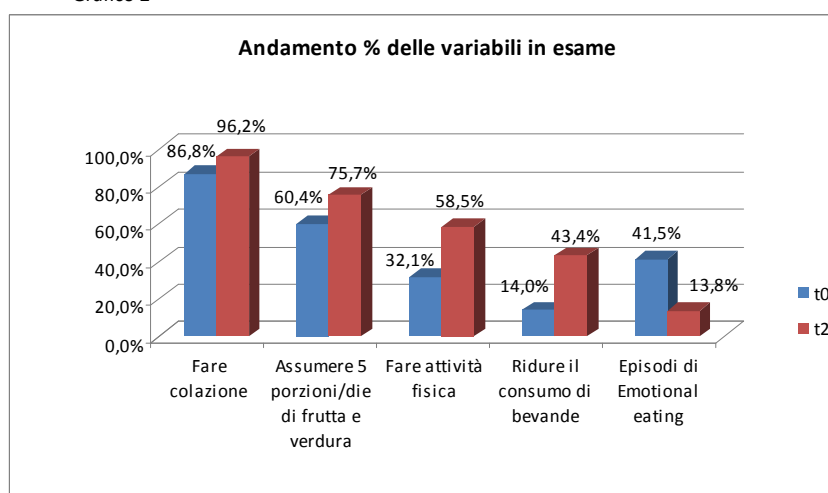
	T0	T1	T2	T3
Peso corporeo (kg)	88,3 (\pm 18.0)	87,1 (\pm 19.3)	86,9 (\pm 19.6)	84,0 (\pm 18.3)
BMI Kg/m ²	32,9 (\pm 4.4)	32,4 (\pm 5.2)	32,1 (\pm 5.0)	32,2 (\pm 5.2)

Nel grafico 1 si riporta l'andamento del BMI



Nel grafico 2 è rappresentato il confronto tra l'andamento delle abitudini alimentari e stili di vita indagati al tempo T0 e T2.

Grafico 2



Conclusioni

Nonostante la bassa numerosità del campione (limite principale di questo studio) il counseling telefonico sembra dimostrarsi uno strumento efficace nel migliorare le abitudini alimentari, aumentare l'attività fisica e ridurre la presenza di *emotional eating*. Da sottolineare come, nonostante la permanenza forzata in ambito domestico, il BMI ha evidenziato un trend in discesa sebbene non statisticamente significativo.

Bibliografia

1. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: an Italian survey, Di Renzo et al. Journal of Translational Medicine 2020