



REGIONE DEL VENETO

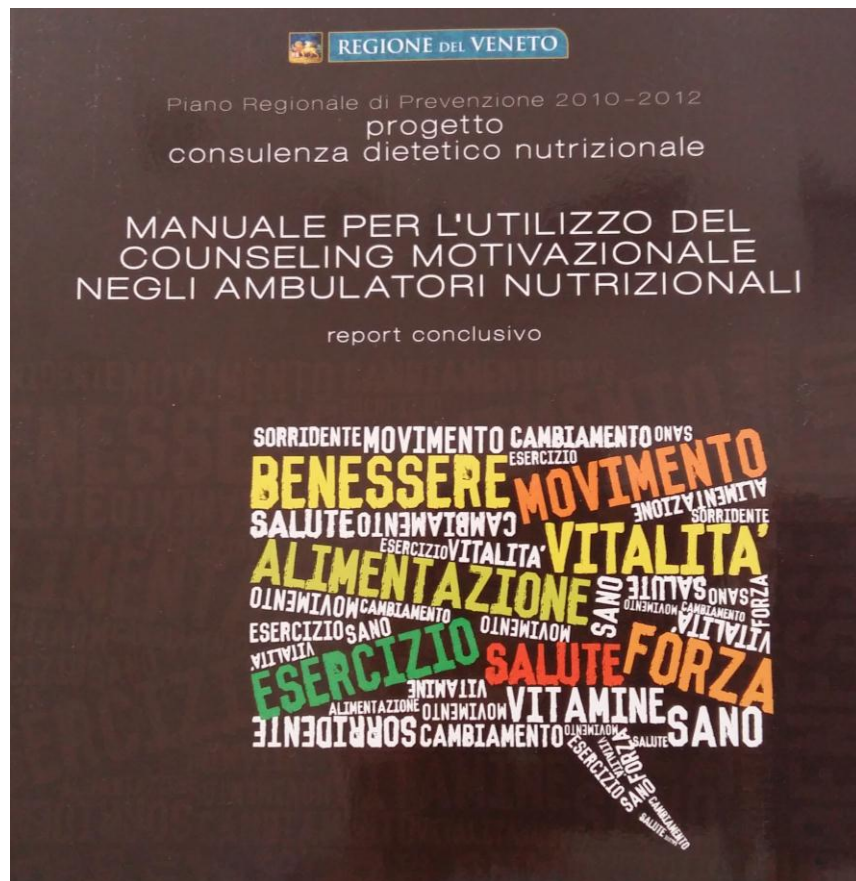


# Percorso organizzativo ambulatoriale

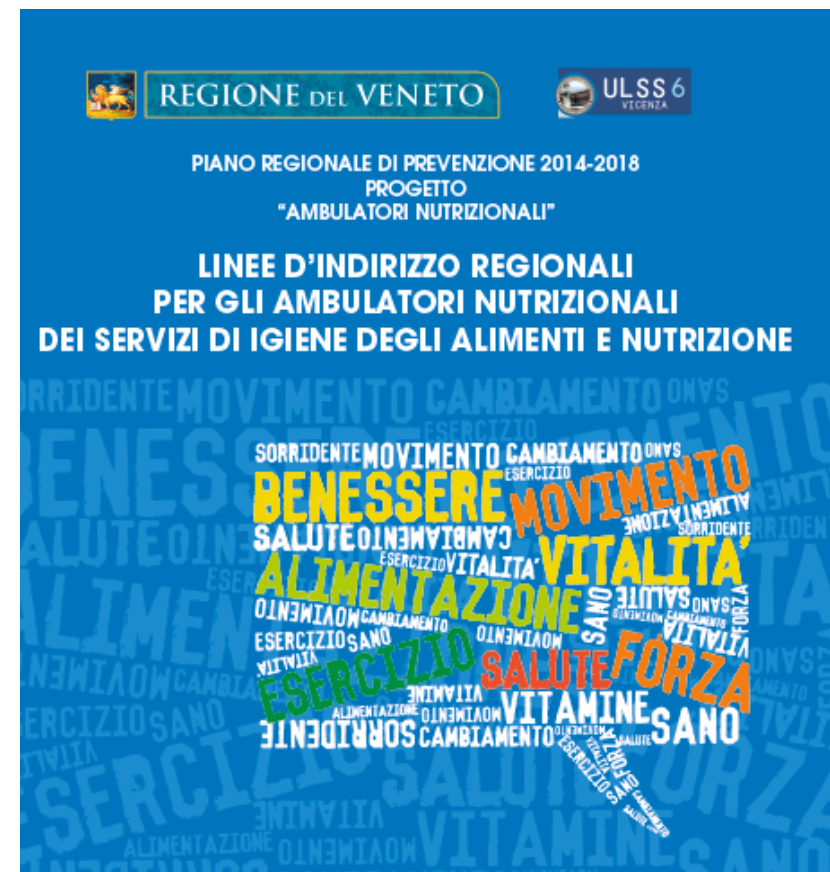
---

SILVIA SCREMIN

MANUALE PER L'UTILIZZO DEL  
COUNSELING MOTIVAZIONALE  
NEGLI AMBULATORI NUTRIZIONALI



LINEE DI INDIRIZZO REGIONALI  
PER GLI AMBULATORI NUTRIZIONALI  
DEI SERVIZI DI IGIENE DEGLI ALIMENTI E NUTRIZIONE



## **AUTORI**

### **Marina Boldrin**

Dietista - Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione - Azienda U.L.S.S. n. 3 Bassano del Grappa

### **Giuseppe Cortese**

Medico specialista in Scienza dell'Alimentazione ed in Igiene e Medicina Preventiva  
Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione - Azienda U.L.S.S. n. 19 Adria

### **Martina Di Pieri**

Psicologa - Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare, Veterinaria - Regione del Veneto

### **Giancarlo Dalle Carbonare**

Medico specialista in Scienza dell'Alimentazione ed in Igiene e Medicina Preventiva,  
Dipartimento di Prevenzione - Azienda U.L.S.S. n. 8 Asolo

### **Pierpaolo Pavan**

Medico specialista in Scienza dell'Alimentazione ed in Igiene e Medicina Preventiva  
Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione - Azienda U.L.S.S. n. 17 Este

### **Silvia Scremin**

Dietista - Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione - Azienda U.L.S.S. n. 6 "Vicenza"

### **Antonio Stano,**

Medico specialista in Scienza dell'Alimentazione ed in Igiene e Medicina Preventiva  
Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione - Azienda U.L.S.S. n.3 Bassano del Grappa

### **Angiola Vanzo,**

Medico specialista in Scienza dell'Alimentazione ed in Igiene e Medicina Preventiva  
Servizio di Igiene degli Alimenti e Nutrizione - Azienda U.L.S.S. n. 6 "Vicenza"

# REQUISITI E RISORSE NECESSARI PER L'ATTIVITÀ DEGLI AMBULATORI NUTRIZIONALI

---

- PERSONALE
- SEDE LOGISTICA
- MATERIALI ED ATTREZZATURE

# PERSONALE

---



- **MEDICO**, con formazione (specialità in Scienza dell’Alimentazione) e competenze in ambito nutrizionale
- **DIETISTA**

Eventuale collaborazione con biologo specializzato in Scienza dell’Alimentazione, psicologo, medico pediatra, ASV, infermiere, laureato in Scienze Motorie...

**MEDICO**

**NUTRIZIONISTA  
???**

**DIETISTA**

**TECNOLOGO  
ALIMENTARE**

**BIOLOGO  
NUTRIZIONISTA**



**«ALTERNATIVI»  
NATUROPATA,  
IRIDOLOGO...**

**FARMACISTA**

**ESTETISTA**

**ISTRUTTORI VARI  
WELLNESS TRAINER**

**CUOCO  
DIETETICO**

# DIETISTA

---

Professionista della salute che si occupa dell'alimentazione dei soggetti sani e dei soggetti con patologie, per la specifica competenza e professionalità, riveste un ruolo importante nel processo di prevenzione e promozione della salute, il suo operato mira a contribuire ad **accrescere un'autonomia consapevole e responsabile degli utenti rispetto ai propri stili di vita.**

<http://www.andid.it/dietista>

# Formazione e aggiornamento del personale

---

Counseling motivazionale per la promozione di una corretta alimentazione e di uno stile di vita attivo



---

NON INIZIARE UNA DIETA CHE HA UNA  
DATA DI SCADENZA.  
CONCENTRATI SU UNO STILE DI VITA  
CHE DURI PER SEMPRE.

# Percorso di cambiamento



## COUNSELING DIETETICO

LE PERSONE RISPONDONO MEGLIO QUANDO SI RACCOMANDA DI AUMENTARE IL CONSUMO DI ALCUNI ALIMENTI, PIUTTOSTO CHE QUANDO CI SI FOCALIZZA SULLA RIDUZIONE DI ALTRI ALIMENTI



MANGIA

~~MENO~~

MEGLIO



**DOVE SEI ARRIVATO OGGI?**

# SEDE LOGISTICA

---



- **N. 2 STUDI AD USO AMBULATORIALE**
  - facilmente raggiungibile
  - spazio ben identificato
- **SALA DI ATTESA** (con materiale informativo idoneo)



# SALA D'ATTESA

SERVIZIO DI IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
Direttore dr. Angiola Vanzo  
Tel.: 0444752228; Fax: 0444752329;  
http://www.ussvicenza.it/nodo.php/424

PER IL SIG./LA SIG.RA \_\_\_\_\_ DATA \_\_\_\_\_

## LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE

- CONTROLLA IL TUO PESO E MANTIENITI ATTIVO**
  - Pesati almeno una volta al mese controllando che il tuo indice di massa corporea sia nei limiti normali (tra 18,5 e 25 per età maggiore di 18 anni).
  - Qualora il tuo peso sia fuori dai limiti normali, riportalo gradualmente entro tali limiti.
  - In caso di **sovrappeso** (IMC > 25): consulta il medico, mangia meno, preferisci cibi a basso contenuto calorico e che saziano di più, come frutta e ortaggi, e aumenta l'attività fisica.
  - In caso di **sottopeso** (IMC < 18): consulta il medico e mantieni un'alimentazione varia ed equilibrata, consumando tutti i pasti agli orari abituali.
  - Abituati a muoverti di più ogni giorno: cammina 30 minuti al giorno, sali e scendi le scale, svolgi piccoli lavori domestici...
  - Evita le diete squilibrate o molto drastiche che possono essere dannose per la salute.
- PIÙ CEREALI, LEGUMI, ORTAGGI E FRUTTA**
  - Consuma quotidianamente porzioni di ortaggi e frutta fresca, e aumenta il consumo di legumi (piselli, fagiol, ceci...).
  - Consuma regolarmente pane, pasta, riso ed altri cereali evitando quelli troppo conditi.
  - Quando puoi scegli prodotti ottenuti a partire da farine integrali.
- GRASSI: SCEGLI LA QUALITÀ E LIMITA LA QUANTITÀ**
  - Moderata la quantità di grassi ed oli che usi per condire e cucinare. Utilizza eventualmente legumi antiaderenti, cottura al cartoccio, al forno, e microonde, cottura al vapore, ecc.
  - Limita il consumo di grassi da derivato di origine animale (burro, lardo, strutto, panna, ecc.) e preferisci quelli di origine vegetale: soprattutto olio extravergine d'oliva. Non eccedere con i fritti.
  - Mangia più spesso pesce: tra le carni preferisci quelle magre (pollo, tacchino, coniglio) ed elimina il grasso visibile.
  - Se ti piacciono le uova ne puoi mangiare fino a 4 per settimana, distribuite nei vari giorni.
  - Se consumi tanto latte preferisci quello parzialmente scremato o scremato.
  - Scegli formaggi più magri oppure consumane porzioni piccole.
- ZUCCHERI, DOLCI E BEVANDE ZUCCHERATE: NEI GIUSTI LIMITI**
  - Moderata il consumo di alimenti e bevande dolci nella giornata.
  - Preferisci i prodotti da forno della tradizione italiana, che contengono meno grasso e zucchero e più amido. Se utilizzi i prodotti dolci da spalmare su pane o fette biscottate (quali marmellate, confiture di frutta, miele e creme), usali con moderazione.
  - Limita il consumo di alimenti che contengono molto zucchero e specialmente quelli che si attaccano ai denti. Lavati i denti dopo il loro consumo.
- BEVI OGNI GIORNO ACQUA IN ABBONDANZA**
  - Bevi mediamente 1,5-2 litri di acqua al giorno. Ricorda che i bambini sono maggiormente esposti al rischio di disidratazione.
  - Bevi acqua, tanto quella del rubinetto quanto quella imbottigliata, entrambe sicure e controllate. Ricorda che bevande diverse (come aranciata, bibite tipo cola, succhi di frutta, caffè, tè) apportano anche altre sostanze che contengono calorie (ad esempio zuccheri semplici) o che sono farmacologicamente attive (ad esempio caffeina). Queste bevande vanno usate con moderazione.
- IL SALE? MEGLIO POCO**
  - Riduci progressivamente l'uso del sale sia a tavola che in cucina e preferisci quello iodato.
  - Limita l'uso di condimenti contenenti sodio (dado da brodo, ketchup, salsa di soia, senape, ecc.); insaporisci i cibi con erbe aromatiche (come basilico, rosmarino, salvia, origano, ecc.) e spezie (come pepe, peperoncino, noce moscata, ecc.).
  - Esalta il sapore dei cibi usando succo di limone e aceto.

SERVIZIO DI IGIENE ALIMENTI E NUTRIZIONE  
Direttore dr. Angiola Vanzo  
Tel.: 0444752228; Fax: 0444752329;  
http://www.ussvicenza.it/nodo.php/424

PER IL SIG./LA SIG.RA \_\_\_\_\_ DATA \_\_\_\_\_

## CORRETTA ALIMENTAZIONE E ATTIVITÀ FISICA

### CORRETTA ALIMENTAZIONE E 30 MINUTI DI ATTIVITÀ FISICA PER VIVERE IN SALUTE

È riconosciuto ormai a livello mondiale che l'alimentazione scorretta e la mancanza di attività fisica sono tra le maggiori cause di malattie evitabili (obesità, malattie cardiovascolari, diabete, cancro, osteoporosi) e di decessi prematuri, responsabili di casi di cattiva salute più grandi di quelli attribuiti al tabacco. Al contrario, una modica attività fisica produce un benessere sia fisico che mentale, con una riduzione dei rischi collegati all'obesità e al sovrappeso e delle conseguenze psicologiche della vita sedentaria (ansietà, depressione, senso di solitudine).

L'attività fisica, assieme ad una corretta alimentazione, dovrebbe essere alla base delle abitudini di tutti e perfettamente integrata nella routine quotidiana. Il segreto è racchiuso in 30 minuti di movimento al giorno: bastano solo 30 minuti giornalieri di attività fisica moderata (una passeggiata a passo sostenuto, andare in bicicletta), anche se effettuati in due riprese, per prevenire importanti malattie.

È importante mantenere costante nel tempo un moderato esercizio fisico, invece di intraprendere attività sportive vere e proprie per poi abbandonarle.

Se fai almeno 30' di attività fisica ogni giorno sei una persona con uno stile di vita attivo.

### A COSA SERVE IL MOTO

- Aiuta il controllo del peso corporeo
- Aiuta il controllo della pressione sanguigna
- Aiuta il controllo del livello di colesterolo nel sangue
- Migliora la circolazione del sangue e l'attività del cuore
- Aiuta a tenere sotto controllo il livello degli zuccheri nel sangue
- Aiuta a mantenere in buono stato ossa, muscoli e articolazioni
- Favorisce il benessere emotivo e psicologico
- Migliora il tono dell'umore
- Riduce lo stress
- Si vive meglio e più lentamente

L'attività fisica apporta numerosi benefici psicologici: una regolare attività fisica aiuta ad eliminare la stanchezza e a normalizzare il ritmo sonno-veglia.

## SE VUOI ESSERE UN CAMPIONE...

È IMPORTANTE MANDARE LE DOSI GIUSTE, NEL MOMENTO GIUSTO E NELLA GIUSTA QUANTITÀ

<b>FRUTTA E VERDURA</b>	5 porzioni	
<b>CEREALI</b>	3 porzioni al giorno	
<b>LATTE E YOGURT</b>	3 porzioni	
<b>CARNE, PESCE, UOVA, LEGUMI</b>	2-3 volte	
<b>OLII</b>	2 volte	
<b>CONDIMENTI</b>	3 porzioni al giorno	
<b>DOLCI</b>	1-2 volte	

...SALTA LA CORDA NON LA COLAZIONE!

VITA IN MOVIMENTO QUADRUPPA SALUTE!

**ULSS 6 VICENZA**  
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione

## LA CELIACHIA

Che cos'è

La celiachia è un'intolleranza alimentare permanente al glutine, complesso proteico presente in alcuni cereali quali frumento, farro, kamut, orzo, segale, spelta e triticale.

Il glutine svolge un'importante azione legante quando la farina viene impastata con acqua, conferendo elasticità all'impasto. In assenza di glutine la lavorazione della farina risulta molto più complessa.

L'introduzione di alimenti contenenti glutine, anche in piccola quantità, determina, in persone geneticamente predisposte, una reazione immunitaria abnorme a livello dell'intestino tenue, con infiammazione, scomparsa dei villi intestinali e conseguente malassorbimento dei nutrienti.

# SEDI DEGLI AMBULATORI NUTRIZIONALI ATTIVI

AMBULATORIO NUTRIZIONALE	SEDE
Azienda ULSS 3	OSPEDALE SAN BASSIANO
Azienda ULSS 6	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ POLIAMBULATORIO VICENZA</li><li>▪ OSPEDALE NOVENTA VICENTINA</li><li>▪ MEDICINA DI GRUPPO INTEGRATA DI SOVIZZO</li></ul>
Azienda ULSS 8	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ex INAM MONTEBELLUNA</li><li>• OSPEDALE DI CASTELFRANCO VENETO</li></ul>
Azienda ULSS 12	DISTRETTI
Azienda ULSS 13	DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Azienda ULSS 16	DIPARTIMENTO DI PREVEZIONE
Azienda ULSS 17	DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
Azienda ULSS 19	OSPEDALE VECCHIO

# MATERIALI E ATTREZZATURE

---

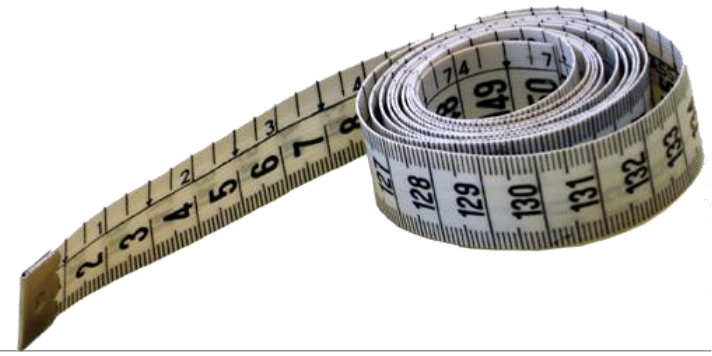
- Bilancia professionale pesapersona con statimetro
- Lettino
- Computer (meglio se due)





# Metro

---



- ✓ Strumento più **semplice** ed **economico** per valutare il grasso a livello addominale
- ✓ Possibilità di misurare **varie circonferenze** (vita, fianchi, braccio, polso, collo...)
- ✓ Molto importante nel monitoraggio
- ✓ Da usare anche con i **bambini** per calcolare il rapporto circonferenza vita/altezza

# MATERIALI E ATTREZZATURE (facoltative)

---

- Plicometro
- Bioimpedenziometro
- Holter metabolico
- Calorimetro

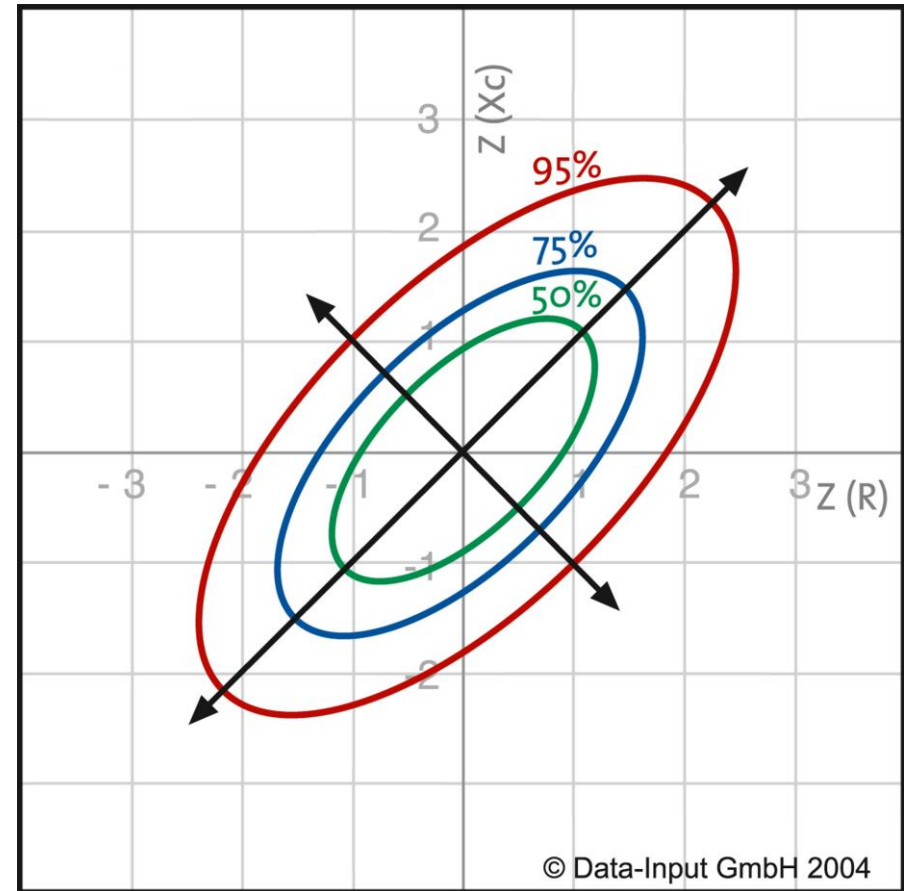
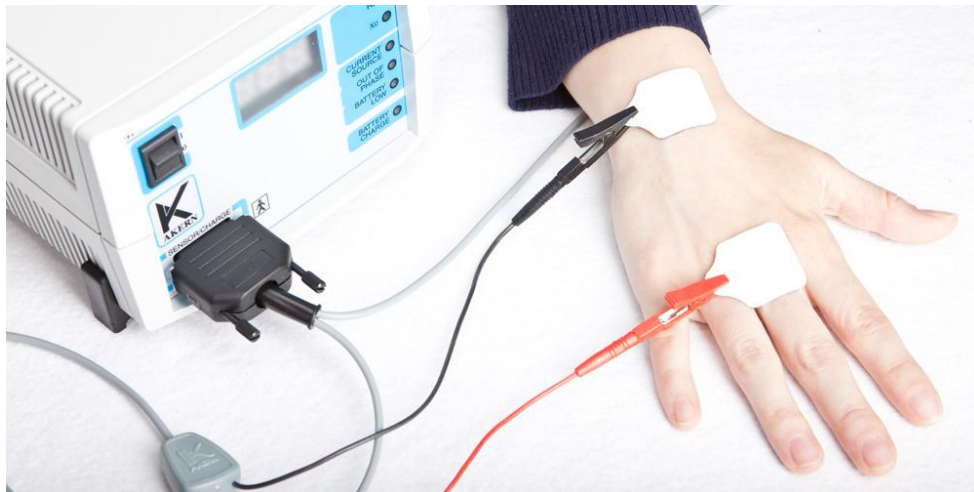
# Plicometro

---

- strumento semplice, non troppo costoso, indolore e non invasivo



# Bioimpedenziometro



# Holter metabolico

---



# Canali e Parametri fisiologici acquisiti

< page back

**Temperatura cutanea**  
misura della temperature della superficie cutanea

**Risposta galvanica della cute**  
misura l' impedenza della pelle che riflette il contenuto idrico cutaneo e la costrizione o dilatazione dei vasi periferici

**Calore dissipato**  
misura la frequenza di dissipazione del calore dal corpo

**Accelerometro a 2 assi**  
misura del movimento

Questi sensori abbinati allo stato dell'arte dei nostri algoritmi, calcolano e refertano:

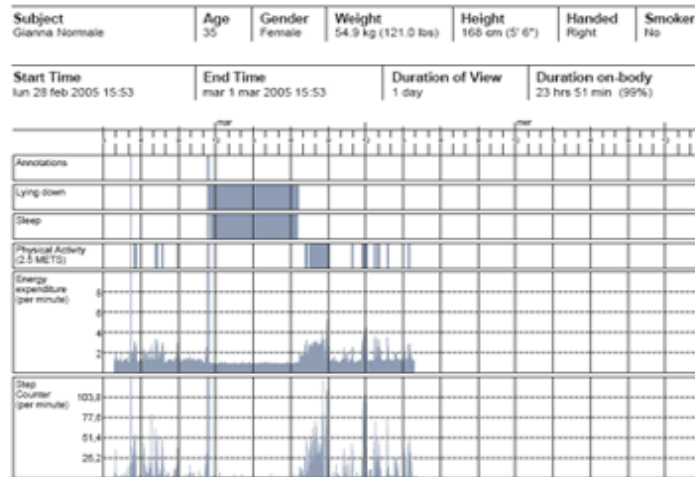
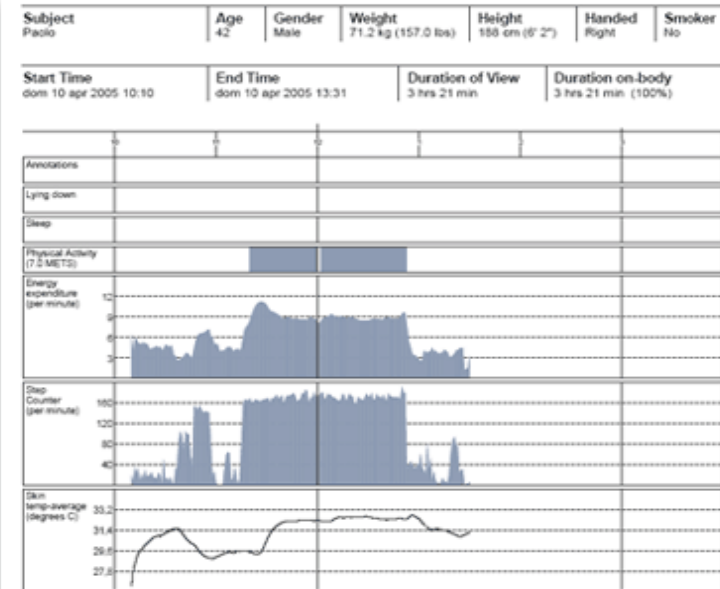
- Dispendio Energetico Totale (kcal)
- Dispendio Energetico Attivo (kcal)
- Dispendio Energetico a Riposo (kcal)
- METs
- Numero totale dei passi
- Durata dell' attivita' fisica (PAD)
- Durata del sonno
- Tempo sdraiato

# Parametri numerici calcolati e grafici

< page back

- Consumo energetico totale (Total EE)
- Durata dell'attività fisica
- Livelli di attività fisica (con soglia definibile dall'utilizzatore, solo software PRO)
- Consumo energetico in attività (Active EE)
- Numero dei passi (Steps)
- Periodi in posizione sdraiata
- Periodi di sonno

- Accelerazione longitudinale e trasversale
- Temperatura cutanea
- Frequenza di dissipazione termica (Heat Flux)
- Risposta Galvanica Cutanea
- Identificazione visiva dei periodi di attività fisica
- Eventi da tasto marca-eventi
- Periodi annotati



# Calorimetria indiretta

---





# L'ambulatorio nutrizionale è rivolto a:

---

- Popolazione con scorrette abitudini alimentari
- Popolazione con problemi ponderali (malnutrizione proteico-calorica, sovrappeso, obesità)
- Popolazione con fattori di rischio nutrizionali (sovrappeso-obesità, sedentarietà, ipertensione, dislipidemie...)
- Popolazione con patologie correlate all'alimentazione (obesità, diabete, cardiopatie, epatopatie...)
- Popolazione in particolari situazioni fisiologiche (gravidanza, allattamento...)
- Popolazione con allergie ed intolleranze alimentari (anche celiachia)

# SI ACCEDE CON IMPEGNATIVA DEL:

---

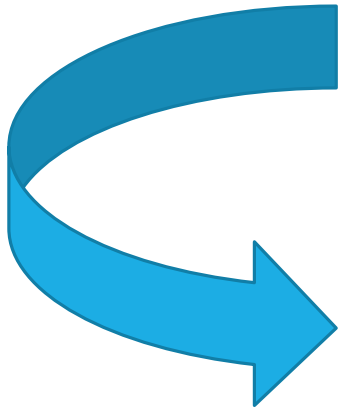
- MEDICO DI MEDICINA GENERALE
- PEDIATRA DI LIBERA SCELTA
- MEDICO SPECIALISTI

# Tariffario Regionale Prestazioni Specialistiche Ambulatoriali (Delibera della Giunta Regionale n. 859 del 21 giugno 2011)

<b>Codice</b>	<b>Prestazione</b>	<b>Tariffa euro</b>
89.7_31	PRIMA VISITA NUTRIZIONALE	20,50
89.01_32	VISITA NUTRIZIONALE DI CONTROLLO	14,25
89.7_8	PRIMA VISITA DIETOLOGICA	20,50
89.01_10	VISITA DIETOLOGICA DI CONTROLLO	14,25

---

11% DELLE PRIME VISITE NEL 2015 CON UTENTI IN ETÀ PEDIATRICA



AMBULATORIO NUTRIZIONALE PEDIATRICO

# Tariffario Regionale Prestazioni Specialistiche Ambulatoriali (Delibera della Giunta Regionale n. 859 del 21 giugno 2011)

<b>Codice</b>	<b>Prestazione</b>	<b>Tariffa euro</b>
89.7_31	PRIMA VISITA NUTRIZIONALE (PEDIATRICA)	20,50
89.01_32	VISITA NUTRIZIONALE DI CONTROLLO (PEDIATRICA)	14,25
89.7_9	PRIMA VISITA DIETOLOGICA PEDIATRICA	20,50
89.01_11	VISITA DIETOLOGICA PEDIATRICA DI CONTROLLO	14,25

# Tariffario Regionale Prestazioni Specialistiche Ambulatoriali (Delibera della Giunta Regionale n. 859 del 21 giugno 2011)

<b>Codice</b>	<b>Prestazione</b>	<b>Tariffa euro</b>
93.82.1_2	TERAPIA EDUCAZIONALE DEL DIABETICO - PER SEDUTA INDIVIDUALE (ciclo dieci sedute)	4,80
93.82.1_3	TERAPIA EDUCAZIONALE DELL'OBESO - PER SEDUTA INDIVIDUALE (ciclo dieci sedute)	4,80
93.82.1_4	TERAPIA EDUCAZIONALE DEL NEFROPATICO - PER SEDUTA INDIVIDUALE (ciclo dieci sedute)	4,80
93.07.1_0	<b>BIOIMPEDENZIOMETRIA, PLICOMETRIA, VALUTAZIONE DELLO STATO NUTRIZIONALE E PROGRAMMA DIETETICO</b>	15,40

La Regione Veneto con DGR n. 842 del 04 giugno 2013 ha approvato le prestazioni sanitarie, Livelli Essenziali di Assistenza (LEA), erogate dai Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende Ulss del Veneto.

In particolare nell'Area dell'Igiene Alimenti e Nutrizione, per l'attività di Dietetica preventiva, ha previsto le seguenti prestazioni:

- Consulenza dietetico-nutrizionale individuale e di gruppo;
- Interventi di prevenzione nutrizionale in soggetti ad elevato rischio di malattie croniche, obesità e malnutrizione.

Secondo il Tariffario Unico Regionale approvato con DGR n. 2714 del 29 dicembre 2014, tra le prestazioni rese dai Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende ULSS del Veneto è prevista la **consulenza di nutrizione preventiva** rivolta al singolo e a gruppi anche in attività consultoriale (tariffa con minimo 30 e massimo 50 euro).

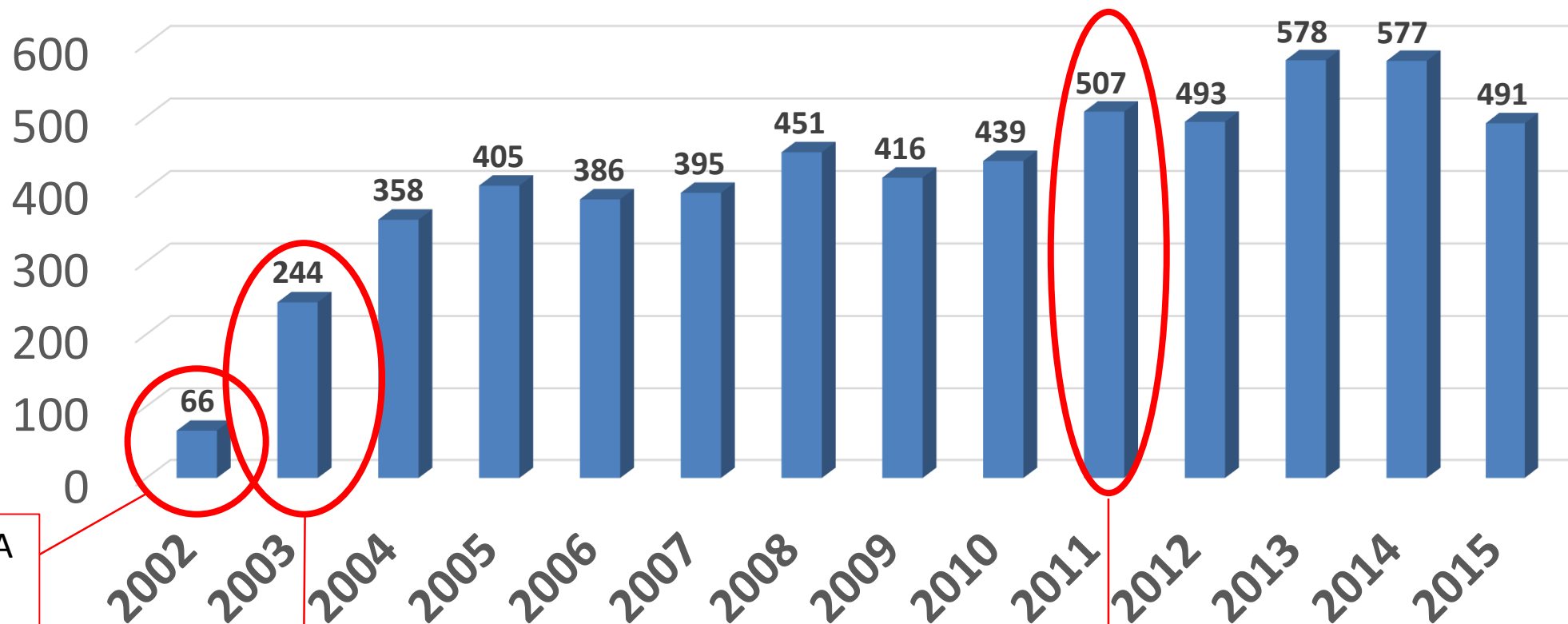
# COME SI ACCEDE ALL'AMBULATORIO NUTRIZIONALE ?

---

- con impegnativa
- preferibile la prenotazione tramite **CUP**
- in seguito ad accordi/collaborazione con alcuni Servizi possibilità di definire corsie preferenziali



# AMBULATORIO NUTRIZIONALE DI VICENZA PRIME VISITE



APERTURA  
A  
NOVENTA  
VIC.

APERTURA  
A  
VICENZA

APERTURA  
A  
SOVIZZO

5806 PRIME VISITE

# Le nostre sedi

---



**NOVENTA – OSPEDALE**

**2 AMBULATORI VICINI**



**VICENZA – POLIAMBULATORIO  
SANTA LUCIA**

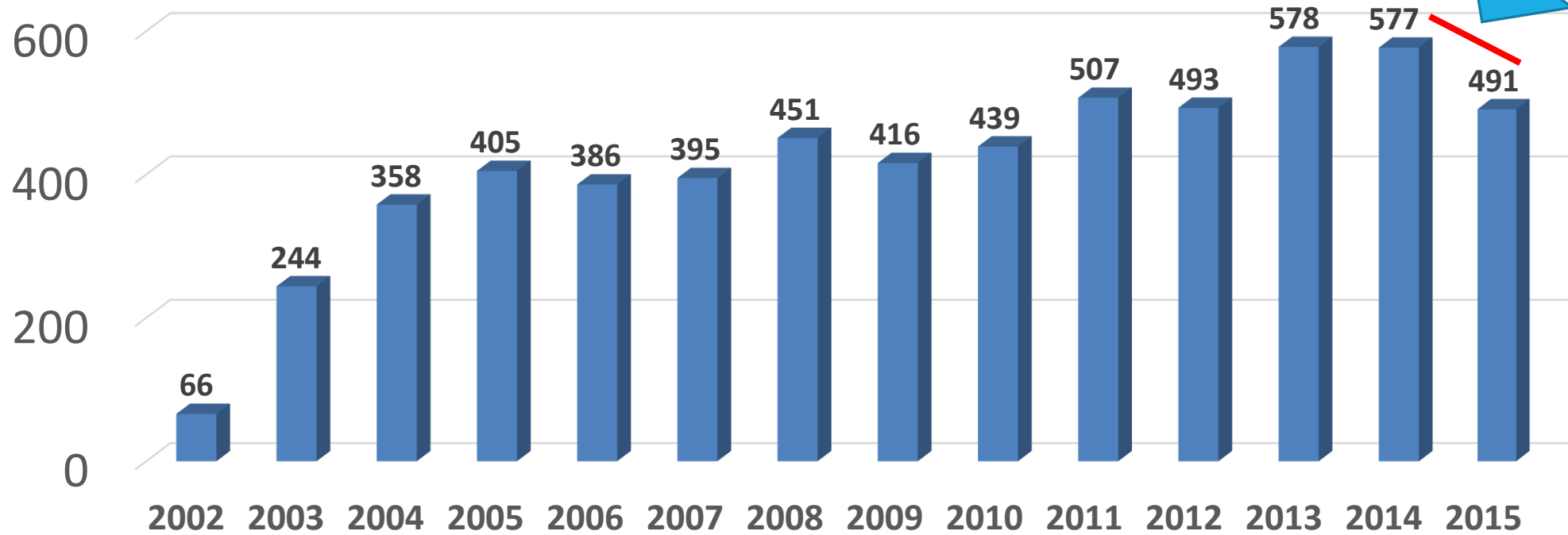
**2 AMBULATORI,  
SALA RIUNIONI/GRUPPI**



**SOVIZZO – MEDICINA DI  
GRUPPO INTEGRATA**

**1 AMBULATORIO**

# AMBULATORIO NUTRIZIONALE DI VICENZA PRIME VISITE





AUMENTO DEI  
TEMPI DI ATTESA

2006



07.06.2006 03:14

2016



## **Medici specialisti in Scienza dell'Alimentazione:**

Dr Angiola Vanzo, Dr Antonio d'Amato, Dr Dario Foà

## **Dietisti:**

Silvia Scremin, Lorenzo Cenci, Giulia Giaretta,  
Ortensia Pavan, Natascia Dell'Agli

## **Psicologa:**

Stefania Meneghini

## **Pediatra:**

Dr Patrizia Pesenti

