

COMUNICATI STAMPA

## PARKINSON: NUOVO STUDIO SU COME MIGLIORARE L'ALIMENTAZIONE DEI PAZIENTI

(Milano, 25 novembre 2015) - In occasione della Giornata Nazionale della malattia del 28 novembre, l'Unità di Nutrizione, il Centro Parkinson-ICP di Milano, diretto dal Prof. Gianni Pezzoli, presenta i dati preliminari dello studio sulle abitudini alimentari dei malati di Parkinson al fine di fornire corrette indicazioni nutrizionali ai pazienti in terapia farmacologica con levodopa.

In Italia si contano circa 120 mila malati di Parkinson, che è quindi la malattia neurodegenerativa più diffusa dopo l'Alzheimer. Le indagini alimentari sulla popolazione Parkinson, soprattutto italiana, sono ancora poche e riguardano piccoli campioni. Lo scopo del nuovo studio è quello di descrivere le abitudini alimentari e lo stile di vita di un ampio campione di pazienti Parkinson italiani, confrontato con i controlli su persone sane associate per sesso, età e provenienza geografica.

Lo studio del Centro Parkinson di Milano, ha utilizzato il software gratuito online dell'Osservatorio nutrizionale Grana Padano (OGP) per analizzare 600 pazienti Parkinson, provenienti da diverse Regioni italiane, confrontato con 600 controlli di persone sane. Il software dell'OGP contiene anamnesi alimentari di migliaia di medici e dietisti, i cui dati vengono analizzati ed elaborati (<http://www.educazionenutrizionale.granapadano.it/>).

Sono state effettuate, inoltre, le misurazioni antropometriche e elaborate le analisi dei dati in funzione della durata di malattia, del dosaggio assunto di "Levodopa" (il farmaco principale nel trattamento della malattia) e della presenza di sintomi secondari come la stipsi.

Dallo studio è emerso che i pazienti hanno un'assunzione di calorie significativamente maggiore (di circa 400 kcal) rispetto ai controlli sulle persone sane, nonostante abbiano minore peso, minore Indice di massa corporea (26,1 Kg/m<sup>2</sup> rispetto 28,5 Kg/m<sup>2</sup>) e uno stile di vita più sedentario. Vi è inoltre un'assunzione significativamente maggiore di tutti i macronutrienti (ad esempio, per le proteine, 1,2 g/kg di peso vs 1 g/kg di peso) e i micronutrienti, ad eccezione di vitamina B12, calcio e vitamina D. L'assunzione di proteine correla significativamente con un aumentato fabbisogno di Levodopa (0,38 mg/kg di peso corporeo), indipendentemente dalla durata di malattia. Nei pazienti Parkinson si osserva una prevalenza di stipsi del 47% rispetto al 7% dei controlli sulle persone sane e un'idratazione inferiore rispetto ai controlli. Quindi i malati di Parkinson bevono meno acqua anche se introducono più fibra, 31,8 g rispetto 29,9 g. Anche la presenza di stipsi correla significativamente con un aumentato fabbisogno di Levodopa.

*"La dieta a controllato apporto proteico e la regolarizzazione dell'alvo sono due punti chiave nell'ottimizzazione del trattamento con Levodopa - ha dichiarato la **Dott.ssa Michela Barichella, responsabile UOS di Dietetica e Nutrizione Clinica del Centro Parkinson di Milano** - E' infatti la prima volta che si trova una correlazione tra quantità di farmaco utilizzata, stipsi e le proteine introdotte. Bisogna consigliare di non superare 0,8g di proteine/kg peso ideale e di bere 2 litri di acqua al giorno. Questi obiettivi diventano un punto cardine nel trattamento dietologico della patologia".*

Grazie ai dati ottenuti dal software Osservatorio nutrizionale Grana Padano, gli esperti possono personalizzare il trattamento dietetico del paziente migliorando l'efficacia della terapia farmacologica e lo stato generale di salute del paziente

### LE 10 REGOLE GENERALI PER I PAZIENTI CON MALATTIA DI PARKINSON IN TERAPIA CON LEVODOPA

1. Assumere la Levodopa a stomaco vuoto, almeno 30 minuti prima del pasto

2. Spostare le proteine (carne, pesce, formaggio, affettati, legumi, uova) nel pasto serale
3. Assumere un pranzo vegetariano composto da primo piatto asciutto e verdura
4. I legumi sono una fonte proteica da assumere alla sera
5. Pasti piccoli e frequenti, facilitano lo svuotamento dello stomaco
6. Preferire spuntini freschi e morbidi per evitare la disfagia
7. Bere tanta acqua durante il giorno, almeno 2 litri, possibilmente ricca di calcio
8. Pesarsi regolarmente una volta a settimana
9. Fare fisioterapia quotidiana
10. Camminare ed esporsi al sole almeno 20 minuti al giorno

L'Osservatorio mette a disposizione, sul proprio sito, schede nutrizionali dedicate a patologie e disturbi gastrointestinali tra queste vi è quella specifica per malattia di Parkinson e stipsi.

**PER INFORMAZIONI ALLA STAMPA:**

*Ufficio stampa Osservatorio Nutrizionale Grana Padano*

*Marco Fanini*

*Telefono: 339 6668750 - 340 7773887*

*e-mail: [m.fanini\\_osservatoriogranapadano@oscbologna.com](mailto:m.fanini_osservatoriogranapadano@oscbologna.com)*

*sito web: <http://www.educazionenutrizionale.granapadano.it>*