

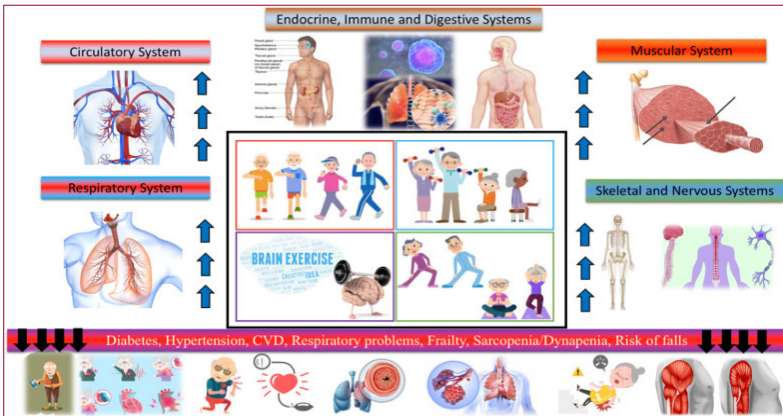
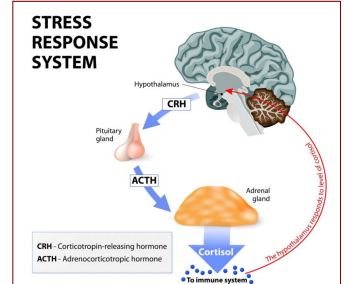
LA MALNUTRIZIONE CALORICO-PROTEICA POST-COVID 19 NEL SOGGETTO ANZIANO: UN FOCUS SULLA DIETA FORTIFICATA E LA CORRETTA INTEGRAZIONE

Maria D'Elia, Giuseppe Castaldo, Paola Molettieri, Imma Pagano, Luca Rastrelli

NutriKeto LAB Unisa "AORN San Giuseppe Moscati, Contrada Amoreta, 83100 Avellino(AV).
 Dipartimento di Farmacia, Università di Salerno, Via Giovanni Paolo II 132, 84084 Fisciano (SA), Italy.

Il COVID-19 mostra un coinvolgimento multisistemico e, negli anziani, presenta una grande complessità che richiede un approccio globale e multidisciplinare adatto alle molteplici patologie di questi pazienti.

La malnutrizione calorico-proteica e il deficit di micronutrienti, inoltre, rappresenta un fattore predisponente ad un peggior outcome nel soggetto anziano con infezione da COVID-19, caratterizzata il più delle volte dalla presenza di sarcopenia, disfunzioni immunitarie, infiammazione, stress.



Mattioli, A. V., et al. (2020). Quarantine during COVID-19 outbreak: changes in diet and physical activity increase the risk of cardiovascular disease. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 30(9), 1409-1417.

Risolta la fase critica della malattia rimangono le conseguenze sugli organismi colpiti

- ❖ ridotta funzione respiratoria da danno polmonare;
- ❖ prolungato allettamento;
- ❖ perdita di peso con riduzione massa corporea magra e sarcopenia;
- ❖ decondizionamento generale muscolare;
- ❖ deficit della sfera cognitiva ed emotiva;

Ruolo dei nutraceutici nel prevenire l'insorgenza di patologie gravi nell'anziano Post-Covid

STRATEGIA:

- ridurre il più possibile gli zuccheri che creano insulino-resistenza e compromettono la funzionalità del sistema immunitario
- utilizzare grassi di qualità come i monoinsaturi (olio di oliva) e gli MCT (olio di cocco)
- mantenere bassi i livelli di stress e cortisolo (adattogeni)
- assumere vitamine D, C, K e A, integratori alcalinizzanti
- integrare la dieta con proteine e collagene per un totale di 1-1,2 grammi/die per Kg di peso corporeo
- fare un'attività fisica moderata ogni giorno



La sarcopenia è una patologia che riguarda l'insorgere di una perdita di massa muscolare magra con aumento di massa grassa, dovuta all'invecchiamento o a uno stile di vita sedentario: una condizione che provoca perdita di forza e di mobilità. Differenti studi hanno dimostrato come la persistenza di un'infiammazione di basso grado, legata a vari fattori sia dietetici che ambientali, o severa come nell'infezione da COVID-19, possa contribuire alla progressiva perdita di massa muscolare e del collagene.

Presso il NutriKeto Lab dell'ospedale Moscati di Avellino sono in corso studi clinici per verificare l'effetto di una corretta integrazione e di protocolli dietetici per la gestione del paziente anziano Post-Covid.

Castaldo, G.; Pagano, I.; Grimaldi, M.; Marino, C.; Molettieri, P.; Santoro, A.; Stillitano, I.; Romano, R.; Montoro, P.; D'Ursi, A.M.; Rastrelli, L. (2020) Effect of very-low-calorie ketogenic diet on psoriasis patients: an NMR based metabolomic study *Journal of Proteome Research*