



CIBO, FARMACI E OBESITA' IN PSICHIATRIA: "ISTRUZIONI PER L'USO"

Corso di aggiornamento per operatori dei servizi psichiatrici

Interventi per favorire una alimentazione sana: suggerimenti dalla letteratura



Carla Maria Bachelet & Annalisa Dal Fitto





Storiella zen
L'UOMO E IL CAVALLO

Il cavallo galoppa veloce, e il cavaliere sembra diretto di gran fretta verso qualcosa di importante. Un passante lungo la strada gli chiede a gran voce: "dove vai?" e il cavaliere risponde: "non lo so! Chiedilo al cavallo!".





*Community and leisure services and weight management programmes,
NICE Pathways, 2015*

Joint Action on Nutrition and Physical Activity, JANPA, 2015

*Revisione del database Cochrane of Systematic Reviews sul rapporto
tra abitudini a tavola e aumento di peso, G.Hollands, 2015.*





Rassegna ragionata di letteratura

Evidenze scientifiche degli interventi legati all'ALIMENTAZIONE realizzati per persone con gravi problemi di salute mentale in trattamento farmacologico con antipsicotici, con l'obiettivo di contrastare l'aumento di peso e patologie correlate





6 review : T. Bradshaw, H. Mairs *Healthcare* (2014); S.H.Roberts & J. Elisabeth Bailey - *Journal of Advanced Nursing*; E.papanastasiou *Therapeutic Advances in Endocrinology and Metabolism* (2012); E. Bonfioli, L. Berti, C. Goss, F. Muraro and L. Burti *BMC psychiatry* (2012); M. Peet *The British Journal of Psychiatry* (2004); Stephen R. Marder, *Am J Psychiatry* (2004),

3 articoli: González-Valderrama et al. <http://www.frontiersin.org/Psychiatry/editorialboard>, (2015); T.Lambert, <http://www.australianprescriber.com>, (2011); Vikki Vandiver, *Published by Oxford University Press*(2007)

1 tesi di dottorato : *The Effectiveness of a Psychoeducational Intervention on Health Promoting Behaviors and Physical Health of Adult Patients (18 and over) on Antipsychotic Medications* , Alice O. Mwanda, Grand Valley State University, (2014)

Studi: *STRIDE, a randomized trial of a lifestyle*, Yarborough et al., *BMC Psychiatry* (2013); *A Pilot Evaluation of the In SHAPE Individualized Health Promotion Intervention for Adults with Mental Illness*, Van Citters et al., *Bartels Community Mental Health Journal* (2010)





E. Papanastasiou review (2012)

- Programmi benessere
- Trattamenti comportamentali cognitivi
- Educazione alimentare
- Gestione del peso
- Psicoeducazione
- Interventi farmacologici (es. metformina)

T.Lambert (2011)

- Coinvolgimento della famiglia
- Aderenza





UREA – ELETTROLITI - EMOCROMO

PRL – GOT – GPT - GGT

Peso – BMI – PAO
Circonferenza
addominale

Inoltre è raccomandato: accurato monitoraggio

✓ Belgian Consensus Guidelines (2009) Nayer et al. (2009)

✓ British Association of Psychopharmacology

✓ L'European Psychiatric Association, supportata dalla European

Association of Psychopharmacology e Society of

Card

SCHEDA DI MONITORAGGIO

Taylor et al (2009)

Storia persona

E. Panagoulas review her Adv Endocrinol Metab (2012) Bradshaw and H.

M. review Healthcare (2014)

ECG – GLICEMIA – PROFILO LIPIDICO





- ✓ Educazione sui principi di una dieta sana e di adeguati livelli di attività fisica, supporto nello sviluppare skill nel budget e preparazione dei cibi coinvolgendo anche la famiglia
- ✓ Prescrizione degli antipsicotici monitorizzata per gli affetti avversi che dovrebbe essere responsabilità condivisa tra gli operatori di salute mentale e delle cure primarie, cautela nella scelta della clozapina
- ✓ Buona comunicazione tra i team di cure primarie e di salute mentale

(Bradshaw and H. Mairs, 2014; Alvarez-Jimenez et al. 2006)





ma.....

- Molti studi hanno una metodologia povera (no RCT) (E. Papanastasiou, 2012)
- Difficoltà di implementazione legato a caratteristiche dell' intervento, del personale sanitario e dell'organizzazione (M.Menear, C.Briand, 2014) e qualità delle LG (Pantoia et al.,2014)
- **Costo** (K.Hansen, C.Lançon, M.Toumi, 2006 – K.Hansen, C.Lançon, M.Toumi, 2009)
- **Libero accesso a libri e strumenti di valutazione** (G.Valderrama et al., 2015)
- La pianificazione dell'implementazione delle linee guida e misure dell'efficacia dovrebbero essere prese in considerazione dai politici (G.Valderrama et al., 2015)
- **Promuovere la ricerca** (Bradshaw and H. Mairs, 2014)





Recommendations for Mental Health Care
Providers' Systematic Physical Health
Monitoring of Patients With Schizophrenia
for Whom Antipsychotic Medication Is
Prescribed

Murder et al., Am J Psychiatry (2004)





GOAL

weight management



Strategie di PROMOZIONE DELLA SALUTE



- Contenitore dosatore frutta e verdura
- tovaglietta
- diario
- ricettario
- informatica e web (SuperTracker)
-

Programmi strutturati





Programmi strutturati «cuciti» sulle persone con malattie psichiatriche gravi in cura presso i servizi territoriali

SHAPE

programma di promozione della salute

studio pilota (2010)

STRIDE versione adattata dal PREMIER intervento sugli stili di vita e che utilizza il DASH per la dieta (2013)

manuale → www.kpchr.org/stridepublic/

2 fasi di 6 mesi (intensiva+mantenimento)

strategie di implementazione (contatti frequenti, gruppi centrati sui partecipanti e approcci individuali facilitanti per *cucire* l'intervento sulle preferenze della persona)

PORT (Patient Outcomes Research Team) raccomandazioni la buona pratica nei trattamenti per persone affette da schizofrenia (3^a versione, 2009)

RACCOMANDAZIONE

- interventi psicosociali per il controllo del peso

Psicoeducazione : counseling nutrizionale, valutazione del fabbisogno calorico, controllo delle porzioni, autogestione del comportamento; definizione degli obiettivi; regolare controllo del peso; auto-monitoraggio quotidiano della quantità di cibo e di attività; modifiche di attività fisica e dieta





....argomento su cui gli infermieri hanno pubblicato approfondimenti

S.Haf Robertse, J.E.Bailey *Incentives and barriers to lifestyle interventions for people with severe mental illness: a narrative synthesis of quantitative, qualitative and mixed methods studies*, Journal of Advanced Nursing, 2011

I facilitanti

- Riduzione dei sintomi
- Aspetti psicologici: auto-efficacia (locus of control)
- Possibilità di scelta
- Supporto uno-a-uno (“buddy scheme”= compagno di esperienza)
- Tecniche motivazionali
- *gestione del contingente, sul momento* (rinforzo positivo: incoraggiamento, premi; necessità di modificare l’intervento nel contesto e sui bisogni)
- Partecipazione degli operatori all’attività
- caratteristiche personali dell’operatore (atteggiamento incoraggiante e motivante; approccio positivo, buona capacità di ascolto e conoscenze sui problemi specifici)
- Raggiungimento di obiettivi parziali: perdita di peso; aumento delle conoscenze (effetti benefici); divertimento, compagnia, conoscere nuovi luoghi.

Gli ostacoli

- limiti cognitivi, fase precoce di malattia con instabilità dello stato mentale, scarsa motivazione, interazioni sociali diminuite, perdita di iniziativa, sedazione
- Aspetti psicologici: bassa autostima, scarsa motivazione, mancanza di fiducia, immagine corporea *difettosa*
- Staff: atteggiamento negativo o disfattista (barriera invisibile)
- Aumento di peso
- Lo stigma sul malato psichiatrico del personale e degli utenti delle strutture ricreative e sportive
- Problemi socio-economici (povertà, disoccupazione, alloggi inadeguati; acquisto di attrezzatura, abbigliamento, iscrizioni, trasporto)
- Conflitto fra i programmi di trattamento





.....e l'infermiere?

Vi siete riconosciuti?



Sistematizzazione e supporto alla nostra pratica un po' naïf

Leggere e scrivere:

2 review (Bradshaw, obesità e malattia mentale ; Roberts-Bailey, incentivi e ostacoli al trattamento)

1 studio sull'efficacia di un intervento psicoeducativo (Mwanda)

Assistenza come sostegno , *cucire addosso* e concordare, empowerment, advocacy

ma anche:

- ✓ **favorire la traduzione delle prove di efficacia nella pratica dei servizi con lo scopo di migliorare la salute dei pazienti e i servizi sanitari (advocacy);**
- ✓ **ricoprire il ruolo del 'facilitatore' utilizzando le proprie competenze assistenziali, organizzative e informatiche**
- ✓ **le teorie infermieristiche supportano gli interventi educativi**





Il cavallo è la nostra “energia” dell’abitudine, quella forza inarrestabile che ci trascina via, di cui spesso siamo *inconsapevoli* e che non ci sentiamo in grado di modificare.

Thich Nhat Hanh, L. Cheung,
Mangiare Zen, 2015





Grazie dell'attenzione

