

COVID E MALNUTRIZIONE



Uno studio italiano recentemente pubblicato su [Clinical Nutrition](https://www.clinicalnutrition.org/) ha rivelato che, tra le molte conseguenze dell'infezione da Sars-CoV-2, esiste un rischio per il 55% dei pazienti di una perdita di peso clinicamente significativa ed un elevato rischio di malnutrizione.

Lo studio

Il team, guidato dalla Dr.ssa Caterina Conte, ha valutato l'incidenza della perdita di peso involontaria e della malnutrizione nei sopravvissuti a Covid-19 ricoverati o gestiti a casa e rivalutati dopo la remissione. Si è trattato di una ampia indagine osservazionale prospettica eseguita presso l'IRCCS Ospedale San Raffaele di Milano. I pazienti inclusi nello studio erano adulti (con età maggiore a 18 anni) con diagnosi confermata di Covid 19 che erano stati dimessi e trasferiti a casa dopo una degenza in reparto o presso il Pronto soccorso dell'Ospedale in un periodo compreso tra il 7 Aprile e l'11 Maggio 2020.

Dallo studio è emerso che il 54.7% dei pazienti era a rischio di malnutrizione e il 6.6% era

francamente malnutrito. Tutti i pazienti che erano stati ricoverati in terapia intensiva erano a rischio di malnutrizione.

Inoltre il 29% dei pazienti aveva perso il 5% della massa corporea e circa il 10% dei pazienti avevano perso fino al 10%.

Le cause

A provocare la perdita di peso e la possibile malnutrizione intervengono diversi aspetti.

Innanzitutto le alterazioni dell'olfatto e del gusto così come la prostrazione fisica e gli aspetti psicologici possono influire negativamente sull'assunzione di cibo, anche nei casi meno gravi, quelli cioè che vengono trattati al domicilio senza necessità di un ricovero in ospedale. Inoltre la perdita di peso potrebbe essere imputabile alla perdita di massa magra, di massa muscolare (sarcopenia), causata in questo caso dall'allettamento e dal confinamento forzato in casa. Seppure di minore rilevanza rispetto alle altre conseguenze a breve termine del Covid, non vanno sottovalutate le conseguenze della sarcopenia tra le quali la più saliente è senza dubbio il possibile aumento della glicemia dato dalla diminuzione della massa muscolare, tessuto sensibile all'insulina.

Per quanto riguarda invece le forme più severe di Covid-19, confrontando i pazienti con e senza perdita di peso i ricercatori del San Raffaele hanno scoperto che i soggetti che avevano una maggiore perdita di peso erano anche coloro che avevano una maggiore infiammazione sistemica, una peggiore funzione renale e una maggiore durata della malattia.

L'infiammazione sistemica acuta infatti coinvolge diverse vie metaboliche che contribuiscono alla perdita del senso di fame e all'aumento del catabolismo muscolare e del dispendio energetico a riposo. Il riposo a letto inoltre induce una marcata riduzione della sintesi proteica muscolare, con una riduzione della massa muscolare piuttosto rapida. La significativa perdita di peso nei pazienti è avvenuta in un periodo relativamente breve (circa 30 giorni).

Dallo studio è emerso che anche i pazienti obesi, notoriamente più a rischio a seguito dell'infezione da Covid-19, che durante la malattia hanno perso molto peso sono da annoverare nel computo di coloro che rischiavano la malnutrizione. Infatti la perdita di peso ha riguardato una riduzione della massa magra, ovvero della massa muscolare. Questa condizione, nota come obesità sarcopenica è associata ad una prognosi peggiore della malattia.

Conclusione

La perdita di peso non è un evento auspicabile nei pazienti affetti da Covid-19. Essa correla con una durata maggiore della malattia, una prognosi peggiore e un maggior tempo richiesto per la convalescenza. La massa muscolare persa inoltre è molto difficile da riacquistare, specialmente nei pazienti con più di 65 anni.

È per questo che, non solo in ambito ospedaliero, ma anche nel trattamento domiciliare dei pazienti Covid sarebbe opportuno ed auspicabile un corretto counseling nutrizionale al fine di minimizzare gli esiti negativi e garantire un corretto e rapido recupero.

Fonti

[https://www.clinicalnutritionjournal.com/article/S0261-5614\(20\)30437-4/fulltext](https://www.clinicalnutritionjournal.com/article/S0261-5614(20)30437-4/fulltext)

[STUDIO ITALIANO PUBBLICATO SU 'CLINICAL NUTRITION' – NEWS – SINuc – Società Italiana di Nutrizione Clinica e Metabolismo](#)