



Università degli Studi di Padova  
Facoltà di medicina e chirurgia  
Corso di Laurea in Infermieristica

Tesi di Laurea

**ALIMENTAZIONE E STOMIA: REALIZZAZIONE DI UN OPUSCOLO  
INFORMATIVO PER LA PERSONA ENTEROSTOMIZZATA**

Relatore: Prof.ssa Zacheo Tonia Marina

Correlatore: Salviato Jessica

Laureanda: Sartor Federica

Matricola: 611519

Anno accademico: 2011-2012

## RIASSUNTO

Problema: Gli interventi demolitivi a carico dell'intestino, che rendono necessaria l'asportazione dell'apparato sfinterico e il confezionamento di una stomia, comportano un'alterazione dello schema corporeo con la conseguente necessità di un adattamento sul piano personale a questa nuova situazione. L'alimentazione del paziente stomizzato può considerarsi uno degli aspetti più delicati e fonte di preoccupazione per il diretto interessato e i loro familiari, soprattutto nei primi mesi riabilitativi che seguono l'intervento; il paziente infatti è alla ricerca di un nuovo equilibrio nutrizionale. Educare il paziente stomizzato ad alimentarsi correttamente è importante per normalizzare e regolarizzare le evacuazioni che si stabilizzeranno con il passare delle settimane, al fine di garantire una buona qualità di vita. I portatori di stomia non devono seguire una dieta con rigide restrizioni ma semplicemente adottare alcuni semplici accorgimenti; è importante che i pazienti non seguano un'alimentazione rigorosa e monotona ma che apportino variazioni alle pietanze per poter creare un menù personalizzato ma vario.

Obiettivi: L'opuscolo proposto contiene nella prima parte norme generali e consigli alimentari specifici, per garantire un'adeguata conoscenza alimentare; mentre nella seconda parte vengono suggerite ricette per ogni portata; dimostrando come i classici ingredienti possano essere accostati o elaborati per creare una maggiore variabilità alimentare evitando così una serie di restrizioni e monotonie alimentari non necessarie.

Strategie: Si consegna l'opuscolo a persone che presentano stomia intestinale (senza limitazioni temporali dalla data dell'intervento) instaurando un rapporto interattivo che porti allo scambio di idee la cui finalità è di stimolare la persona stomizzata ad una maggior attenzione alla propria alimentazione e ad aumentare, allo stesso tempo, la fiducia in sé stessi e nel personale sanitario che la segue in questo percorso. Inoltre il progetto è supportato da evidenze scientifiche tratte da articoli della letteratura internazionale.

Fattibilità: Diviene fondamentale un'attenta lettura dell'opuscolo e la realizzazione delle ricette suggerite, affinché siano i destinatari stessi a valutarne l'efficacia e l'utilità oltre a proporre eventuali modifiche o aggiunte.

Indicatori di risultato: A distanza di 3-4 settimane viene somministrato telefonicamente un questionario che va a verificare la chiarezza e l'utilità dell'opuscolo e valutare l'effettiva possibilità di variare in maniera positiva l'alimentazione tramite la realizzazione delle ricette proposte.

e-mail: [federica.sartor1990@libero.it](mailto:federica.sartor1990@libero.it)