



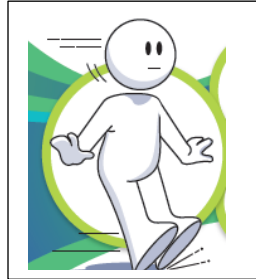
In collaborazione con



## FRENIAMO

la malattia renale

*Rallentare la malattia renale  
Allontanare la dialisi  
Migliorare la vita*



Il progetto è nato in collaborazione fra

- SIN, Società Italiana di Nefrologia
- SIAN, Società Italiana Infermieri Area Nefrologica
- ADI, Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica Sezione Piemonte
- SIMM, Società Italiana di Medicina delle Migrazioni
- ANED Associazione Nazionale Emodializzati – Dialisi e Trapianto ONLUS, Comitato Piemonte
- Università di Scienze Gastronomiche

con il coordinamento dell'Istituto CHANGE

E' destinato ai pazienti – italiani e stranieri - con patologia renale, con l'obiettivo di aiutarli a evitare o ritardare la progressione di malattia e il ricorso alla dialisi con l'assunzione di modalità alimentari e stili di vita adeguati.

### Obiettivi

Il Documento di indirizzo per la Malattia Renale Cronica della Conferenza Stato Regioni del 5 agosto 2014 raccomanda la messa in atto di interventi di prevenzione con l'obiettivo di

- migliorare le conoscenze della popolazione riguardo all'adozione di corretti stili di vita, con particolare riguardo alla riduzione del sale
- formare i MMG, i PLS, gli specialisti e il personale sanitario al fine di identificare precocemente i soggetti in condizione di rischio aumentato per MRC nella popolazione, da indirizzare verso adeguati percorsi di presa in carico.

**Coordinamento :**  
Istituto CHANGE  
via Valperga Caluso 32 – Torino  
011 6680706  
[www.counselling.it](http://www.counselling.it)

**Referente del progetto**  
Silvana Quadrino  
cell. 335 266187  
[silvana.quadrino@gmail.com](mailto:silvana.quadrino@gmail.com)

**Con il contributo di**  
 **Fondazione  
CRT**



In collaborazione con



Università di Scienze  
Gastronomiche di Pollenzo

La revisione della letteratura e l'esperienza clinica confermano che uno dei fattori più importanti per rallentare la progressione della malattia renale cronica e migliorare la Speranza e la qualità di vita, oltre al trattamento dell'ipertensione arteriosa, è rappresentato dalla dieta con contenuto ridotto di sale, proteine e di fosforo.

Si osserva tuttavia che l'adesione a una dieta di questo tipo non è facile, e richiede una informazione/formazione adeguata sia del paziente che dei caregivers, e un sostegno costante alla motivazione.

Le indicazioni di tipo dietologico devono inoltre tenere conto dell'organizzazione dei pasti (nel senso che è necessario tener conto del fatto che il paziente consumi i propri pasti a casa o fuori casa), delle abitudini e delle preferenze del paziente, e mantenere per quanto possibile la gradevolezza dei cibi proposti.

Il progetto **FRENIAMO** si propone di realizzare azioni di formazione e di informazione rivolte ai cittadini, ai pazienti e ai professionisti sanitari, con l'obiettivo di

- aumentare l'efficacia degli interventi informativi, educativi e motivazionali in tema di prevenzione primaria e secondaria della Malattia Renale Cronica svolti da medici di medicina generale, nefrologi, infermieri delle nefrologie, dietisti, medici nutrizionisti nei confronti dei pazienti e dei loro famigliari
- migliorare l'informazione di cittadini e pazienti sulla patologia renale e sugli stili di vita che possono evitare il peggioramento e ritardare così il ricorso alla dialisi e al trapianto.

**In particolare, il progetto si propone di fornire ai professionisti sanitari specifiche competenze di comunicazione informativa, educativa e motivazionale, e di realizzare materiali informativi ed educativi destinati ai pazienti e ai caregivers, con indicazioni che rendano più facile conciliare le esigenze dietetiche derivanti dalla patologia con le tradizioni e la cultura delle proprie origini e con le esigenze della vita di tutti i giorni, nell'ottica di preservare al meglio la qualità della vita dei pazienti e delle loro famiglie.**

**Coordinamento :**  
Istituto CHANGE  
via Valperga Caluso 32 – Torino  
011 6680706  
[www.counselling.it](http://www.counselling.it)

**Referente del progetto**  
Silvana Quadrino  
cell. 335 266187  
[silvana.quadrino@gmail.com](mailto:silvana.quadrino@gmail.com)

**Con il contributo di**  
 **Fondazione  
CRT**



In collaborazione con



## Le azioni realizzate nel 2018

Il progetto si è sviluppato su tre filoni principali:

**1-Intervento formativo** rivolto ai professionisti che incontrano pazienti con malattia renale (medici di medicina generale, nefrologi, infermieri, dietologi ecc.)

**Obiettivo:** fornire ai professionisti che si occupano di pazienti con malattia renale la capacità di migliorare l'efficacia dei loro interventi rivolti ai pazienti e ai famigliari, in particolare per quanto riguarda

- L'informazione sulle caratteristiche e sull'evoluzione della Malattia Renale Cronica
- L'informazione sulle modalità di alimentazione, sui comportamenti e sugli stili di vita che possono rallentare l'evoluzione della malattia e migliorare la qualità della vita
- Il counselling motivazionale, per favorire l'effettiva assunzione degli stili di vita e di alimentazione più adatti per rallentare l'evoluzione della patologia e ritardare o evitare il ricorso alla dialisi.

Sono stati realizzati:

- Una prima edizione sperimentale del **modello formativo** messo a punto dal gruppo di lavoro di F RENI AMO.

Il modello è stato sperimentato nel mese di giugno 2018 alla ASL TO4, distretto di Ivrea. Si sviluppa su due aree tematiche:

- **L'informazione efficace** per la prevenzione secondaria e terziaria della MRC
- **L'intervento motivazionale** per l'assunzione di comportamenti alimentari e stili di vita adeguati per rallentare l'evoluzione della MRC.

I temi sviluppati sono:

- Gli aspetti clinici della malattia renale per l'intercettazione precoce della patologia e per l'avvio tempestivo di percorsi di cura integrati
- Le indicazioni nutrizionali e comportamentali in ottica di patient education
- Le tecniche di comunicazione informativa ed educativa con i pazienti e i famigliari
- Il counselling motivazionale con i pazienti e con i famigliari

### Coordinamento :

Istituto CHANGE  
via Valperga Caluso 32 – Torino  
011 6680706  
[www.counselling.it](http://www.counselling.it)

### Referente del progetto

Silvana Quadrino  
cell. 335 266187  
[silvana.quadrino@gmail.com](mailto:silvana.quadrino@gmail.com)

### Con il contributo di





In collaborazione con



- Un laboratorio esperienziale di preparazione e degustazione di alimenti indicati per i pazienti con MRC, realizzato nel mese di ottobre 2018 in collaborazione con l'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo

Il laboratorio, rivolto a un gruppo di ai professionisti sanitari, ha consentito di sperimentare modalità di scelta e preparazione di alimenti adatti ai pazienti con MRC, che possano conciliare le indicazioni dietetiche con le esigenze della vita quotidiana, dall'approvvigionamento alla realizzazione di piatti di facile preparazione, gradevoli e perfettamente compatibili con le caratteristiche della dieta consigliata.

### 2-Progettazione, realizzazione e diffusione di **materiali informativi** destinati ai pazienti e ai famigliari

E' stato creato il **personaggio guida** del progetto, che caratterizzerà tutti i materiali di informazione e di educazione previsti da F RENI AMO.

E' stato realizzato un primo **opuscolo di informazione** sulle caratteristiche della Malattia Renale Cronica, completato da indicazioni sui principi della *terapia dietetico nutrizionale*, che la Società di Nefrologia e le associazioni di dietologi individuano come modalità efficace per la prevenzione secondaria e terziaria della malattia renale cronica.

L'opuscolo contiene **ricette** semplice e gradevoli, elaborate in collaborazione con l'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo.

Sono inoltre stati realizzati **segnalibri** con indicazioni sintetiche sui principi della prevenzione della Malattia Renale Cronica.

Tutti i materiali sono a disposizione dell'Associazione Nazionale Emodializzati-Dialisi e Trapianto (ANED) per essere diffusi ai pazienti, e scaricabili dal sito [www.f-reni-amo.it](http://www.f-reni-amo.it)

### 3- Realizzazione di un sito dedicato al progetto

E' stato realizzato il sito web [www.f-reni-amo.it](http://www.f-reni-amo.it) che consentirà la diffusione delle informazioni sulle iniziative legate al progetto, la condivisione dei materiali informativi, la circolazione di articoli e aggiornamenti scientifici e di divulgazione sulla malattia renale.

Sono state inoltre messe le basi per una azione che si svilupperà nel 2019: **l'ampliamento del progetto ai pazienti di diverse culture**, in collaborazione con le Associazioni di Mediatori Culturali e la Società Italiana di Medicina delle Migrazioni, per adeguare gli interventi educativi e motivazionali dei professionisti e i contenuti dei materiali informativi alle abitudini, convinzioni e tradizioni dei pazienti stranieri.

La coordinatrice del progetto F RENI Amo  
Silvana Quadrino

#### Coordinamento :

Istituto CHANGE  
via Valperga Caluso 32 - Torino  
011 6680706  
[www.counselling.it](http://www.counselling.it)

#### Referente del progetto

Silvana Quadrino  
cell. 335 266187  
[silvana.quadrino@gmail.com](mailto:silvana.quadrino@gmail.com)

#### Con il contributo di

