

# Perdita di peso non programmata

Informazioni per residenti, famiglie ed accompagnatori



La perdita di peso non programmata vuol dire che stai perdendo peso quando non stai cercando di perderne.

Ciò causare debolezza e stanchezza e può comportare gravi problemi di salute.

La perdita di peso non programmata può comportare un aumento di infezioni, piaghe da pressione, confusione e aumentare le probabilità di ricovero in ospedale.

Talvolta la perdita di peso non si può evitare per via di malattie gravi, ma per molte persone è possibile prevenirla.

## Sintomi che puoi essere a rischio di perdere peso

- Hai problemi di deglutizione.
- Ti fa male alla bocca o ai denti.
- Hai perso l'appetito.
- I tuoi sensi del gusto e dell'olfatto sono cambiati.
- Hai nausea, vomito o diarrea.
- Non provi piacere a mangiare.
- Ti senti depresso.
- Hai un dolore allo stomaco che ti impedisce di mangiare.

## Modi per prevenire la perdita di peso non programmata

- Fai sapere al personale cosa e quando ti piace da mangiare.
- Mangia con altre persone. Invita la tua famiglia e i tuoi amici a mangiare con te.
- Se qualcuno ti viene a trovare durante l'orario dei pasti, assicurati di mangiare comunque.
- Avverti il personale se hai problemi a mangiare in modo che possano aiutarti.
- Se hai problemi di deglutizione, potresti dover fare una visita dal logopedista.
- Puoi imparare dei modi per far sì che mangiare e bere sia più facile e sicuro.
- Un dietologo ti può consigliare cose che ti piacciono e che ti mantengono in salute.
- Fai controllare i medicinali che prendi, in quanto a volte possono causare perdita di appetito o perdita di peso.
- Vai da un dentista se ti fa male ai denti o alla bocca.

## Collaborazione

Tu e la tua famiglia siete membri importanti del team di assistenza. Tu sai cosa è normale per te.

Fai sapere al personale se noti dei cambiamenti o non stai bene. Avvisali se hai perso l'appetito o pensi che stai perdendo peso e i tuoi vestiti ti stanno diventando troppo grandi. Non aspettare di vedere se starai meglio: è sempre meglio ottenere aiuto in anticipo.

Collaborare con il personale ti aiuterà a tenerti in salute e fuori dall'ospedale. Parla con il personale e fai domande. Hanno bisogno del tuo aiuto per assisterti al meglio.

## Domande da fare al personale

- I farmaci che prendo stanno influenzando il mio appetito?
- Devo andare da un dietologo o da un logopedista?
- Quanto peso ho perso?



**Clausola esonerativa:** Queste informazioni sulla salute sono solo di carattere generale. Consulta il medico o un altro operatore sanitario per assicurarti che queste informazioni siano adatte alla tua situazione.

Per ricevere questo documento in un formato accessibile, manda un'email a [acqiu@dhhs.vic.gov.au](mailto:acqiu@dhhs.vic.gov.au)

Autorizzato e pubblicato dal Governo del Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.

© Stato del Victoria, Department of Health and Human Services febbraio 2016. ISBN 978-0-7311-6809-5  
Disponibile all'indirizzo <https://www2.health.vic.gov.au/ageing-and-aged-care/residential-aged-care/safety-and-quality/participating-with-consumers>