

Studiu de caz 3 - Bulimia

Descrierea cazului

- Pacientă în vârstă de 17 ani, din mediul urban, provenind dintr-o familie cu venit socio-economic mediu/crescut
- Din anamneza nutrițională și medicală se identifică un comportament narcisistic cu o alimentație deficitară de aproximativ 4 ani
- Din cauza marginalizării în cadrul grupurilor școlare, pacienta are probleme în acceptarea propriei greutate și forme corpului
- Și-a redus numărul de mese, servind o singură masă pe zi
- În ultimele 6 luni, pacienta raportează modificări fluctuante de greutate ± 3 kg
- Pacienta nu are simptome specifice deficitului de micronutrienți sau dezechilibrul menstrual
- Se raportează episoade de alimentare excesivă/compulsivă de 5-6 ori pe lună, cu episoade de vinovăție
- Episoadele de vărsături autoprovoocate apar de 1-2 ori pe lună
- Nivelul de activitate fizică este de 1-2 ore/zi, 7 zile pe săptămână
- În urma evaluării psihiatrice, se identifică analize uzuale normale, fiind trecută pe tratament și terapie cognitiv comportamentală
- Se recomandă consult dietetic și monitorizarea atentă a planului alimentar pe o perioadă de cel puțin 18 săptămâni

Întrebări

Pe baza acestor informații, realizați următoarele:

- Realizați evaluarea antropometrică în funcție de vârstă
- Stabiliți necesarul caloric pentru menținerea greutății actuale
- Stabiliți necesarul nutrițional (calorii și macronutrienți) pentru reechilibrarea greutății
- Faceți recomandări esențiale de activitate fizică
- Determinați așteptările pe termen scurt (4 și 6 săptămâni)
- Descrieți abordarea dietetică în cazul în care nu se atinge scopul propus
- Determinați așteptările pe termen mediu (1 an)



Exemplu de abordare a cazului prezentat

Evaluare antropometrică și nutrițională

17y 4m (208 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	47	103.6 lb	11%	-1.21	55.5
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.16	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	17.5		6%	-1.54	21.0

În urma evaluării unui jurnal alimentar, se observă consumul a 1018 kcal/zi, 51 g proteine, 127 g carbohidrați și 31 g lipide 3 mese principale, fără gustări, incluzând toate grupele de alimente

Estimated Daily Caloric Needs	2,759 kcal/day
-------------------------------	----------------

Macronutrients:

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	310 - 448 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	40 grams
Fat	77 - 107 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

Stabilirea necesarului nutrițional

- Se inițiază un plan alimentar cu 1400 kcal pentru o perioadă de 2 săptămâni, cu o creștere graduală cu 150 kcal/săptămână până la atingerea unei ingestii de 2000 kcal/zi
- Se recomandă limitarea activității sportive la 60 minute/zi, 5 zile pe săptămână

	La inițiere	La interval de 6 săptămâni	La interval de 12 săptămâni
Proteine (g)	68	83	97
Lipide (g)	45	54	64
Carbohidrați (g)	170	207	243
Valoare calorică	1400	1700	2000



Completarea terapiei intervenționale

- Recomandările dietetice au fost completate cu terapie de grup și individuală
- Recomandări de management psihoemoțional, meloterapie, terapie prin dans, motivare personală, activități colaterale de odihnă activă și creșterea încrederii în sine, comunicare de grup

Re-evaluare la interval de patru săptămâni

17y 5m (209 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	48.3	106.5 lb	16%	-1.00	55.6
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.15	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	18		10%	-1.28	21.1

Estimated Daily Caloric Needs	2,272 kcal/day
-------------------------------	----------------

Macronutrients:

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	256 - 369 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	41 grams
Fat	63 - 88 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

- În urma reevaluării, se observă o evoluție ponderală pozitivă
- Pacienta a reușit să se plieze pe planul alimentar indicat cu 3 mese principale
- Episoadele de mâncat compulsiv au fost reduse la 1-2 pe parcursul unei luni, fără episoade de vărsături
- Se continuă cu un plan alimentar de 2000 kcal/zi, cu includerea țintă a tuturor grupelor de alimente și creșterea procentuală a tuturor macronutrienților
- Se încearcă introducerea a 1-2 gustări, dar fără obligativitate
- Se reduce aportul de sucuri dulci prin hidratarea cu apă și ceaiuri, suplimente alimentare
- Activitatea fizică a crescut și interesul pentru Mindfull Eating și gătit
- Managementul psihoemoțional a evoluat, pacienta este mai implicată motivațional



Re-evaluare la interval de alte 6 săptămâni

- Evoluția ponderală este una pozitivă și constantă
- Evoluția psihiatrică este pozitivă, fără episoade de alimentație compulsivă și vârstături autoprovocate
- Pacienta este în continuare nemulțumită de aspectul propriului corp și de greutatea acumulată însă auto-monitorizarea este mai lentă, este implicată în mai multe activități de grup iar activitatea sportivă a scăzut ca și intensitate

Re-evaluare la interval de alte 6 săptămâni

17y 6m (210 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	52	114.6 lb	33%	-0.45	55.7
Stature (cm)	165	65.0 in	62%	0.30	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	19.1		23%	-0.75	21.1

Se continuă cu un plan alimentar de 2000 -2200 kcal/zi, cu un plan alimentar mai flexibil și monitorizarea la interval de 6-8 săptămâni

Evoluția ponderală după intervenție dietetică personalizată la aproximativ 1 an

17y 4m (208 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	47	103.6 lb	11%	-1.21	55.5
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.16	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	17.5		6%	-1.54	21.0

- Episoadele de mâncat compulsiv au fost reduse la zero
- Se continuă monitorizarea dietetică și medicală

18y 8m (224 months), female					
	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	55.2	121.7 lb	42%	-0.20	56.9
Stature (cm)	166	65.4 in	67%	0.43	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	20		30%	-0.52	21.5