

Studija slučaja 3 - Bulimija

Opis slučaja

- Pacijent ženskog pola od 17 godina, nastanjena u urbanom području, dolazi iz porodice sa srednjim/višim društvenoekonomskim statusom
- Iz nutricionističke i medicinske anamneze: pacijentkinja je pokazivala narcisoidno ponašanje uz lošu ishranu u periodu od 4 godine
- Zbog marginalizacije u školskim grupama, pacijentkinja ima problema sa prihvatanjem svoje telesne težine i izgleda
- Smanjila je broj obroka na samo jedan dnevno
- U poslednjih 6 meseci, kod pacijentkinje su zapažene fluktuirajuće promene u težini ± 3 kg
- Pacijentkinja nije imala specifične simptome nedostatka mikronutrijenata ili menstrualnog disbalansa
- Epizode prejedanja/kompulzivnog jedenja prijavljene su 5-6 puta mesečno uz epizode osećanja krivice
- Epizode izazivanja povraćanja su se dešavale 1-2 puta mesečno
- Nivo fizičke aktivnosti je bio između 1 i 2 sata dnevno, 7 dana u nedelji
- Nakon psihijatrijske evaluacije, registrovani su uobičajeni normalni rezultati testiranja, započinje lečenje i kognitivno-bihejvioralna terapija
- Preporučene su konsultacije o ishrani i pažljivo praćenje plana ishrane u periodu od najmanje 18 nedelja

Pitanja

Sledivši predočene informacije, utvrdite:

- Antropometrijski status pacijentkinje u odnosu na njen uzrast
- Energetske potrebe za održavanje njene sadašnje težine
- Nutritivne potrebe (kalorije i makronutrijenti) za rebalansiranje telesne težine
- Osnovne preporuke za fizičku aktivnost
- Kratkoročna očekivanja (4 i 6 nedelja)
- Dijetetski pristup ako se ne postigne postavljeni cilj
- Srednjoročni ciljevi (1 godina)



Primer dijetetskog pristupa prezentovanom slučaju

Antropometrijska i nutritivna procena

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

Nakon procene dnevnika ishrane, dobijeni su sledeći rezultati: 1018 kcal/dan, 51 g proteina, 127 g ugljenih hidrata i 31 g masti u okviru 3 glavna obroka, bez užina, uključujući sve grupe hrane

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) ⓘ

Utvrđivanje nutritivnih potreba

- Pokrenut je plan ishrane. Pacijentkinja je imala prosečan unos od 1400 kcal u period od 2 nedelje, uz postepeno povećanje od 150 kcal/nedeljno sve dok nije postignut unos od 2000 kcal dnevno
- Pacijentkinja je morala da ograniči sportsku aktivnost na 60 minuta/dan, 5 dana u nedelji

	Na početku	Kod intervala od 6 nedelja	Kod intervala od 12 nedelja
Proteini (g)	68	83	97
Masti (g)	45	54	64
Ugljeni hidrati (g)	170	207	243
Kalorije	1400	1700	2000



Završetak interventne terapije

- Preporuke za ishranu dopunjene su grupnom i individualnom terapijom
- Preporučuje se: psihoemocionalni tretman, muzikoterapija, terapija plesom, lična motivacija, prateće aktivnosti aktivnog odmora i povećanja samopouzdanja, komuniciranje u grupi

Ponovna evaluacija u intervalu od 4 nedelje

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) ⓘ

- Nakon ponovne evaluacije, primećena je pozitivna evolucija težine
- Pacijentkinja je uspjela da se pridržava naznačenog plana ishrane sa 3 glavna obroka
- Epizode prejedanja smanjene su na 1-2 u toku mesec dana bez epizoda povraćanja
- Nastaviti sa režimom obroka od 2000 kcal dnevno, uz ciljano uključivanje svih grupa namirnica i povećanje procenta svih makronutrijenata
- Pokušano je uvođenje 1-2 neobavezne užine
- Pacijentkinji je savetovano da smanji unos zaslađenih sokova i da se hidrira vodom i čajevima, uz korišćenje nekih dodataka ishrani
- Fizička aktivnost, takođe povećano interesovanje za promišljenu ishranu i kuvanje
- Psihoemocionalni menadžment je dao rezultate, pacijentkinja je više uključena i motivisana



Ponovna evaluacija kod drugog intervala od šest nedelja

- Evolucija telesne težine je išla u pozitivnom smeru i bila konstantna
- Psihijatrijska evolucija je bila pozitivna, bez epizoda kompulzivnog jedenja i izazivanja povraćanja
- Pacijentkinja i dalje nije bila zadovoljna izgledom svog tela i dobijenom težinom, ali se samoposmatranje kod nje sada odvija sporije; bila je uključena u više grupnih aktivnosti a intenzitet sportskih aktivnosti je smanjen

Ponovna evaluacija kod drugog intervala od šest nedelja

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

Pacijentkinja je nastavila sa režimom ishrane od 2000-2200 kcal dnevno, fleksibilnijim planom ishrane i praćenjem stanja u intervalima od 6-8 nedelja

Evolucija telesne težine nakon godine dana personalizovane dijetetske intervencije

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



- Epizode prejedanja su svedene na nulu
- Nastavlja se praćenje ishrane i medicinskog stanja

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