Sviluppo del *Nutritional Diagnostic Tool* (NDT): strumento per la valutazione qualitativa e quantitativa della dieta

Gruppo di studio intersocietario ADI AMD SID nutrizione e diabete - Referente: Andrea Natali (SID)

ADI: Claudio Tubili, Mario Parillo, Ilenia Grandone; AMD: Ester Vitacolonna, Geremia Romano, Laura Molteni; SID: Simona Bo, Claudia Vetrani

Background: gli strumenti per valutare l'aderenza alla dieta mediterranea e, in generale, l'adeguatezza della dieta nell'ambito delle malattie metaboliche e cardiovascolari sono in genere complessi e di difficile fruizione nella pratica clinica (*recall*, diari alimentari, FFQ). Su questo tema il Gruppo di studio ha pubblicato una revisione critica (Critical evaluation of the questionnaires assessing adherence to the Mediterranean Diet that are based on servings. *NMCD*. 2023 12;30(3):355-367)

Quesito clinico: Si può misurare in modo rapido e accurato l'aderenza alla dieta mediterranea e la qualità della dieta?

Obiettivo: Sviluppo e validazione del *Nutritional Diagnostic Tool* (NDT).

Punti di forza del NDT:

- **Aderenza alla dieta mediterranea:** offre un calcolo automatico dell'aderenza alla dieta mediterranea utilizzando una versione modificata del questionario PyrMDS.*
- **Focalizzazione sui pasti:** Il NDT si concentra sui pasti anziché sui singoli alimenti, sfruttando la migliore memoria i pasti consumati settimanalmente
- **Inclusione di alimenti comuni:** Il NDT include gli alimenti più comunemente consumati.
- **Feedback in tempo reale:** Offre un riscontro istantaneo sulle calorie e i macronutrienti consumati, confrontandoli con la spesa energetica prevista.

Validazione e applicazioni del NDT:

- L'NDT sarà validato tramite confronto con 50 piani dietetici sviluppati da **software di pianificazione dietetica** (Nutrium, Metadieta, Winfood, Gedip) e con **diari alimentari** di 80 soggetti sani.
- Successivamente NDT sarà utilizzato su una popolazione di soggetti sani e pazienti con **diabete di tipo 2** per valutare la **qualità della dieta** e l'aderenza alla **dieta mediterranea**.

	Pranzo		Cena	
	Porz.	Volte	Porz.	Volte
Orario abituale	14:00		20:00	
Singolo piatto				
Piatto unico (verdure, legumi, cereali)			1	1
Piatto unico (verdure e proteine animali)	1	2		
Panino farcito/toast/tramezzino	1	2		
Pizza intera (350 g)				
Antipasto	tot	4	tot	1
Salatini, patatine, noccioline, assaggi (30 g)			1	2
Primi piatti				
Pasta bianca o riso (80 g), fresca (100 g)	1	2		
Pasta o riso integrale (80 g)			1	1
Minestrone/passato di verdura (1 piatto)			1	3
Minstra di legumi (1 piatto)				
Minestra di legumi e cereali (1 piatto)			1	1
Piatto di portata	tot primi	2	tot primi	5
Pesce/molluschi/crostacei (150 g)			1	1
Pesce sott'olio (50 g)			1	1
Carne rossa (100 g)			1	0,5
Carne bianca (100 g)			1	0,5
Formaggio fresco (150 g) stagionato (50 g)	1	1	1	1
Affettati (50 g)				
Uova (2/100g)			1	1
Tofu/seitan (100 g)				

Analisi per macronutrienti totale e per pasto

	% of TEE	104	LARN
Calorie	2481	%	
Carb	294	44	45-60%
Lipidi	96	35	20-35%
Saturi	26	9	<10%
Monounsaturi	50	18	
Polisaturi	16	6	5-10%
Proteine	71	11	
Alcol	195	8	
Fibre (g)	37		37
Prot/kg	0,8		
	Cal	Carb	Prot
Colazione	21%	32%	16%
Pranzo	15%	22%	19%
Cena	50%	40%	51%
Spuntini	14%	6%	14%

Stima dell'aderenza alla dieta mediterranea*

Stima aderenza alla dieta mediterranea		
	N° p/settimana	Punteggio
Frutta	13,5	0,43
Verdura	13	0,46
Legumi	2,4	0,56
Frutta a guscio	7	1,00
Patate	2	1,00
Pesce	1	0,50
Cereali integrali	23	1,00
Vino/birra	17	1,00
Olio d'oliva	1	1,00
Carne rossa	0,5	1,00
Carne processata	0	1,00
Pollame	0,5	0,25
Latticini	9	0,64
Uova	1	0,33
Dolci	15	0,00
Totale		10 /15
Aderenza %		68%