

## CORSO PER CAREGIVER E FUTURI OSS

### *Assistenza Socio-Sanitaria – Alimentazione speciale e Nutrizione Oncologica applicata*

**Obiettivi del corso:** Formare caregiver e aspiranti OSS in grado di gestire l'alimentazione della persona fragile e del paziente oncologico in modo sicuro, pratico e consapevole, adattando il supporto alle condizioni cliniche e funzionali della persona.

Il corso fornisce competenze per:

- riconoscere i bisogni nutrizionali nella fragilità e nella malattia
- individuare segnali precoci di rischio (malnutrizione, disidratazione, disfagia)
- gestire il pasto in modo corretto (ambiente, postura, consistenze, ritmo)
- affrontare difficoltà frequenti come inappetenza, nausea, rifiuto del cibo
- prevenire rischi legati alla deglutizione e all'aspirazione
- supportare l'alimentazione nel paziente oncologico nelle diverse fasi (terapia, fasi avanzate, recupero)
- osservare, registrare e comunicare efficacemente con l'équipe sanitaria

Il corso *non abilita alla prescrizione dietetica né alla gestione clinica autonoma*, ma forma una figura competente nell'assistenza alimentare, integrata nel percorso di cura.

### PROFILO PROFESSIONALE IN USCITA

Il **caregiver formato** è una figura che:

- Supporta l'alimentazione della persona fragile rispettandone autonomia, dignità e bisogni individuali
- Riconosce tempestivamente segnali di rischio nutrizionale e li comunica all'équipe sanitaria
- Applica tecniche corrette di assistenza al pasto, anche in condizioni complesse (allettamento, disfagia, malattia oncologica)
- Adatta consistenze, modalità e tempi del pasto in base alle condizioni della persona
- Gestisce in modo pratico sintomi che interferiscono con l'alimentazione (nausea, rifiuto, affaticamento)
- Collabora con medici, infermieri, dietisti e nutrizionisti in un'ottica multidisciplinare
- Contribuisce al mantenimento della qualità di vita attraverso un'assistenza alimentare sicura e appropriata

La figura formata *non sostituisce il professionista sanitario*, ma rappresenta un supporto fondamentale nel monitoraggio quotidiano e nella gestione pratica dell'alimentazione.

## MODULO 1 – Sicurezza, e limiti del caregiver nell'assistenza alimentare

Fornire le basi operative e i confini del ruolo del caregiver nella gestione dell'alimentazione della persona fragile, con particolare attenzione alla sicurezza, alla responsabilità e alla collaborazione con l'équipe sanitaria. Il ruolo del caregiver nell'assistenza alimentare Differenza tra assistenza e atto sanitario Cosa può fare il caregiver e cosa NON può fare Il concetto di sicurezza nell'alimentazione assistita Rischi principali: aspirazione, malnutrizione, disidratazione Il valore dell'osservazione quotidiana Segnali precoci di difficoltà alimentare Quando fermarsi durante il pasto Quando è necessario contattare medico o infermiere Il concetto di "non nuocere" nell'assistenza Responsabilità e limiti operativi del caregiver Collaborazione con l'équipe (medico, infermiere, nutrizionista, logopedista) Comunicazione efficace delle osservazioni Il rispetto della persona: dignità, autonomia e consenso Errori critici da evitare (forzare, sostituirsi, ignorare segnali di rischio).

**Attività pratiche:** Role Play: simulazione di comunicazione con un infermiere/medico per segnalare un problema osservato durante il pasto. Focus su chiarezza e sintesi.

**Esercizio di gruppo:** Costruzione di una checklist operativa, compilazione di una scheda decisionale su 2–3 situazioni pratiche, Analisi di casi guidati (sincrono, piccoli gruppi): ai partecipanti vengono assegnati brevi scenari realistici (es. tosse durante il pasto, rifiuto del cibo, sonnolenza). Ogni gruppo discute cosa osservare, cosa fare e cosa evitare, con restituzione finale in plenaria.

## MODULO 2 – La persona fragile e il bisogno alimentare

Chi è la persona fragile: definizione operativa Fragilità fisica, cognitiva e sociale Il cibo come bisogno primario e relazionale Alimentazione e qualità della vita Differenza tra alimentazione adeguata e malnutrizione Mal-nutrizione: segni precoci e conseguenze Cambiamenti del metabolismo nell'anziano Cambiamenti del metabolismo durante la malattia Perdita di appetito: cause frequenti Il ruolo delle emozioni nel comportamento alimentare Il pasto come momento relazionale e non solo nutrizionale L'importanza delle abitudini e delle preferenze alimentari Il ruolo del caregiver nel supporto quotidiano Supportare senza sostituirsi: equilibrio operativo Quando è necessario il supporto del professionista sanitario.

**Attività pratiche:** confronto su esperienze reali o simulate di persone fragili con difficoltà alimentari, per identificare bisogni e criticità. **Analisi di caso: compilazione di una scheda di osservazione (abitudini, appetito, comportamento alimentare) su un caso proposto. costruzione di uno schema semplice "cosa cambia nella persona fragile" (fisico, psicologico, sociale). Simulazione decisionale (sincrono): cosa fare davanti a segnali come scarso appetito, rifiuto del cibo, cambiamenti improvvisi. Quiz di autovalutazione (asincrono): riconoscimento di segnali di rischio e bisogni prioritari.**

## MODULO 3 – Quando mangiare diventa difficile: inappetenza, rifiuto e difficoltà alimentari

Fornire strumenti pratici per riconoscere e gestire le principali difficoltà alimentari nella persona fragile, comprendendone le cause e intervenendo in modo appropriato senza forzare o creare conflitto. Perché la persona fragile mangia meno Cause fisiche dell'inappetenza Cause psicologiche e relazionali Effetti dei farmaci su appetito e gusto Alterazioni del gusto e dell'olfatto Sazietà precoce: cos'è e come si manifesta Stanchezza e riduzione dell'assunzione di cibo Il rifiuto del cibo: significati possibili Differenza tra rifiuto e

difficoltà reali Errori comuni del caregiver davanti al rifiuto Strategie per stimolare l'appetito senza forzare Importanza della varietà e della presentazione Temperatura e consistenza degli alimenti Strutturazione dei piccoli pasti nella giornata Quando segnalare una riduzione dell'alimentazione.

**Attività pratiche** (modalità sincrona e asincrona – 2 ore) Analisi di casi (sincrono, piccoli gruppi): scenari realistici (es. paziente che mangia pochissimo, rifiuta alcuni cibi, dice “non ho fame”). I gruppi individuano cause possibili, errori da evitare e strategie pratiche.

**Esercizio “interpretare il rifiuto”** (asincrono, individuale): scheda con diverse situazioni di rifiuto del cibo da analizzare, distinguendo tra cause fisiche, psicologiche o ambientali. Simulazione decisionale (sincrono): cosa fare concretamente davanti a un paziente che rifiuta il pasto (discussione guidata con confronto tra approcci diversi). Role play (sincrono, a coppie): gestione di una situazione di rifiuto senza creare conflitto o pressione. Focus su comunicazione e atteggiamento. Progettazione pratica (asincrono): elaborazione di una giornata alimentare strutturata in piccoli pasti per una persona con scarso appetito. Quiz di autovalutazione (asincrono): riconoscimento di strategie corrette e comportamenti da evitare

## **MODULO 4 – Idratazione nella persona fragile: prevenzione, monitoraggio e gestione pratica**

Fornire strumenti concreti per riconoscere, prevenire e gestire la disidratazione nella persona fragile, attraverso strategie semplici, osservazione quotidiana e organizzazione dell'apporto idrico. Perché la persona fragile beve poco Perché la persona fragile beve poco Riduzione del senso della sete nell'anziano Fabbisogno idrico nella persona fragile (concetti pratici) Differenza tra idratazione adeguata e disidratazione Segnali precoci di disidratazione Segnali avanzati e rischio clinico Conseguenze della disidratazione (confusione, cadute, peggioramento clinico) Idratazione attraverso gli alimenti Alternative all'acqua: tisane, brodi, gel, alimenti ricchi di liquidi Strategie pratiche per aumentare l'assunzione di liquidi Routine giornaliera dell'idratazione Errori comuni del caregiver Idratazione e terapia farmacologica Idratazione in condizioni particolari (caldo, febbre, malattia) Quando è necessario segnalare o richiedere intervento medico.

**Attività:** Analisi di casi (sincrono, piccoli gruppi): situazioni realistiche (persona che beve poco, rifiuta l'acqua, presenta segni di disidratazione). I gruppi individuano segnali, rischi e strategie pratiche.

**Esercizio di osservazione** (asincrono, individuale): compilazione di una scheda per riconoscere segni precoci e avanzati di disidratazione in diversi scenari. Simulazione decisionale (sincrono): quando intervenire, quando insistere e quando segnalare al medico/infermiere. Progettazione pratica (asincrono): costruzione di una routine giornaliera di idratazione per una persona fragile (con orari, quantità indicative e strategie). Role play (sincrono, a coppie): proporre l'assunzione di liquidi a una persona che rifiuta, senza creare opposizione. Quiz di autovalutazione (asincrono): riconoscimento di segnali di rischio e comportamenti corretti.

## **MODULO 5 – Organizzare e assistere il pasto: ambiente, postura e tecnica**

Fornire strumenti pratici per organizzare il pasto della persona fragile, favorendo autonomia, sicurezza e dignità, con attenzione a postura, ritmo, assistenza e riduzione dei rischi. Distribuzione dei pasti nella giornata Orari flessibili vs routine fissa Preparare l'ambiente del pasto: luce, rumori, temperatura Ridurre le distrazioni durante il pasto Il pasto come momento relazionale Preparare la persona prima del pasto Postura corretta a tavola Postura corretta a letto o su sedia a rotelle Quando e come aiutare senza sostituirsi Tecnica

corretta per imboccare Tagliare, sminuzzare, facilitare Ritmo del pasto: lentezza come strumento di sicurezza Comunicazione efficace durante il pasto Errori relazionali: fretta, infantilizzazione, pressione Gestione del dopo-pasto: pulizia, comfort, monitoraggio.

**Attività:** Analisi di casi (sincrono, piccoli gruppi): scenari realistici su persone con autonomia ridotta, difficoltà di masticazione o postura scorretta; discussione su interventi corretti e rischi da evitare. Simulazione pratica (sincrono, a coppie): imboccare correttamente una persona fragile (anche solo in modalità virtuale guidata), con focus su postura e ritmo.

**Esercizio individuale** (asincrono): progettare un ambiente ideale per il pasto (tavolo, seduta, utensili, luci, rumori) e descrivere eventuali adattamenti per la persona. Role play di comunicazione (sincrono, piccoli gruppi): interazione con la persona fragile durante il pasto, gestendo rifiuto, rallentamento o distrazione. Checklist operativa (asincrono, individuale): creare una lista personale per monitorare sicurezza, postura e comfort durante il pasto. Quiz di autovalutazione (asincrono): identificare errori e comportamenti corretti durante l'assistenza.

## **MODULO 6 – Autonomia, dignità e ausili alimentari**

Fornire strumenti per sostenere la persona fragile nel pasto rispettando autonomia, dignità e identità, conoscendo e utilizzando ausili alimentari in modo corretto. Perché l'autonomia residua è fondamentale Valutare cosa la persona riesce ancora a fare Aiutare senza sostituirsi: equilibrio operativo Rischio di dipendenza indotta dal caregiver Rispettare i tempi e i ritmi della persona Dignità e pudore durante il pasto Posate adatte: tipologie e utilizzo Bicchieri e tazze facilitati Piatti con ventosa e bordi rialzati Tovaglette antiscivolo e altri accessori Adattare le consistenze per favorire autonomia Preferenze alimentari come espressione di sé Memoria, abitudini e comfort food Approccio emotivo e psicologico al pasto Gestione del rifiuto degli ausili.

**Attività:** Analisi di casi (sincrono, piccoli gruppi): scenari con persone fragili che richiedono ausili; identificare bisogni, strumenti adeguati e modalità di supporto senza sostituirsi. Simulazione pratica (sincrono, a coppie): uso corretto di posate adatte, piatti speciali e bicchieri facilitati; focus su postura, sicurezza e comfort.

**Esercizio individuale** (asincrono): creare un piano di supporto personalizzato per una persona fragile, indicando quali ausili usare e come rispettare autonomia e dignità. Role play comunicativo (sincrono): proporre un ausilio a una persona riluttante, gestendo rifiuto e mantenendo rispetto e pazienza. Checklist operativa (asincrono, individuale): lista personale di controllo per monitorare autonomia, sicurezza e comfort durante il pasto. Quiz di autovalutazione (asincrono): riconoscere errori e comportamenti corretti nell'uso degli ausili e nell'assistenza.

## **MODULO 7 – Alimentazione in oncologia e post-cura: adattamenti pratici**

Fornire conoscenze e strumenti pratici per assistere persone in fase di malattia oncologica o in post-cura, comprendendo le alterazioni del gusto, dell'appetito e la gestione dei sintomi, mantenendo la sicurezza e la dignità durante il pasto. Come la malattia oncologica altera il metabolismo e l'appetito Cachexia oncologica: riconoscere i segnali Alimentazione durante chemioterapia: nausea, vomito, mucositi. Alimentazione durante radioterapia: difficoltà masticazione e deglutizione Gestione delle alterazioni del gusto e dell'olfatto

Consistenze e cibi ben tollerati durante la cura Alimenti da evitare in alcune terapie Strategie per piccoli pasti frequenti e appetibili Il pasto come momento di normalità e comfort Alimentazione nella fase palliativa: priorità di qualità della vita Alimentazione nel post-cura e recupero nutrizionale Reintroduzione graduale degli alimenti Supporto emotivo e relazione durante il pasto Coordinamento con nutrizionista e team oncologico Errori comuni da evitare nell'assistenza alla persona fragile. Analisi di casi clinici (sincrono, piccoli gruppi): persone con nausea, alterazioni del gusto o difficoltà a masticare; discutere strategie pratiche e sicure per stimolare l'alimentazione. Simulazione pratica (sincrono, a coppie): adattare consistenze e temperatura dei pasti per facilitare deglutizione e appetito.

**Esercizio individuale** (asincrono): elaborare un piano di piccoli pasti quotidiani per una persona in chemioterapia, evidenziando preferenze, consistenze e orari. Role play comunicativo (sincrono): supporto emotivo e gestione del rifiuto del cibo; come proporre cibi senza creare pressione. Checklist operativa (asincrono, individuale): monitoraggio di sicurezza, comfort, idratazione e sintomi durante il pasto. Quiz di autovalutazione (asincrono): riconoscere segnali di rischio, errori da evitare e strategie efficaci.

## **MODULO 8 – Sicurezza alimentare domestica: igiene, conservazione e prevenzione dei rischi**

Fornire conoscenze pratiche e strumenti concreti per garantire la sicurezza alimentare nella gestione dei pasti a casa o in strutture, prevenendo contaminazioni, intossicazioni e problemi legati ad allergie o intolleranze. Igiene delle mani: quando e come lavarle correttamente Pulizia e sanificazione di superfici, utensili e stoviglie Contaminazione crociata: cos'è e come prevenirla Conservazione sicura degli alimenti in frigorifero e dispensa Differenze tra "da consumarsi entro" e "preferibilmente entro" Scongelo sicuro e gestione alimenti congelati Cottura sicura: temperature e tempi adeguati Prevenzione delle tossinfezioni alimentari Riconoscere e gestire allergie alimentari: segni pratici Intolleranze alimentari: differenze e precauzioni I 14 allergeni principali da conoscere Lettura pratica delle etichette: scelte sicure e consapevoli Prevenzione degli errori domestici più frequenti Strategie per ridurre sprechi e garantire freschezza Quando chiamare il 118 o avvisare il medico. Simulazione pratica (sincrono, piccoli gruppi): scenari di contaminazione crociata, individuare errori e proporre correzioni.

**Esercizio individuale** (asincrono): creare un piano settimanale di conservazione degli alimenti, con attenzione a sicurezza, scadenze e rotazione. Analisi etichette (sincrono, piccoli gruppi): confrontare prodotti reali evidenziando allergeni, ingredienti rischiosi e corretto ordine di conservazione. Role play comunicativo (sincrono): gestione di una persona con allergia o intolleranza che rifiuta cibi; spiegare scelte senza creare ansia. Checklist operativa (asincrono, individuale): lista di controllo giornaliera per igiene, conservazione e prevenzione rischi. Quiz di autovalutazione (asincrono): riconoscere errori e comportamenti corretti nella sicurezza alimentare domestica.

## **MODULO 9 – Errori, osservazione e comunicazione con l'équipe**

Fornire strumenti pratici per riconoscere errori comuni durante i pasti, osservare variazioni nelle abitudini alimentari della persona fragile e comunicare in modo efficace con l'équipe sanitaria per migliorare sicurezza e qualità della cura. Forzare a mangiare: perché è controproducente Sostituirsi troppo: il paradosso dell'aiuto eccessivo Non rispettare i tempi e i ritmi della persona Trascurare l'idratazione e segnali correlati Ignorare segnali di rifiuto o disagio Interpretare segnali fisici durante il pasto (tosse, voce gorgogliante, rallentamento) Osservare e annotare variazioni: peso, appetito, consistenze tollerate Cosa comunicare all'infermiere: informazioni pratiche e tempestive Cosa comunicare al medico: quando e come segnalare



problemi nutrizionali o clinici Comunicazione efficace con il team: chiarezza, sintesi, empatia Uso del diario alimentare come strumento pratico Gestione del burnout del caregiver: prevenzione e cura di sé Aggiornamento continuo: fonti affidabili e formazione permanente Centralità del ruolo del caregiver nella continuità assistenziale Esempi di errori comuni e strategie di correzione. Analisi di casi (sincrono, piccoli gruppi): identificare errori di gestione dei pasti, discutere soluzioni pratiche e preventive. Simulazione pratica (sincrono, coppie o triadi): osservazione del pasto, registrazione dei segnali fisici e comportamento della persona, identificazione dei rischi.

**Esercizio individuale** (asincrono): compilazione di un diario alimentare simulato, segnalando variazioni, bisogni e possibili interventi. Role play comunicativo (sincrono): trasmissione di informazioni al team sanitario in modo chiaro e conciso, gestendo anche situazioni di rifiuto o conflitto. Checklist operativa (asincrono, individuale): lista di controllo per prevenire errori comuni e monitorare autonomia, sicurezza e idratazione. Quiz di autovalutazione (asincrono): riconoscere comportamenti corretti e non corretti, migliorare la consapevolezza del ruolo del caregiver.

## MODULO 10 – Oncologia e Nutrizione Clinica: Prevenzione, Cura e Follow-up

Fornire conoscenze pratiche e strumenti educativi per supportare persone con patologie oncologiche o in follow-up post-cura, promuovendo corretti stili alimentari, sicurezza e qualità della vita, senza sostituirsi al ruolo del medico o del nutrizionista. Come la malattia oncologica può alterare appetito, gusto e metabolismo Principi di prevenzione nutrizionale: alimentazione e riduzione del rischio oncologico Alimentazione durante la terapia: strategie per nausea, mucosite, alterazioni del gusto Gestione dei piccoli pasti e degli spuntini ad alto valore nutrizionale Idratazione e integrazione pratica attraverso cibi e bevande Supporto emotivo e relazione durante i pasti Ruolo dei macronutrienti e micronutrienti nella fase di cura e recupero Alimentazione nella fase palliativa: priorità al comfort e alla dignità Reintroduzione graduale degli alimenti post-terapia Coordinamento con nutrizionista, medico e logopedista per sicurezza e qualità del pasto Prevenzione delle complicanze nutrizionali: perdita di peso involontaria, cachessia, disidratazione Follow-up post-cura: monitoraggio alimentare, consigli pratici e comunicazione con l'équipe sanitaria Approccio educativo per caregiver: come trasmettere abitudini salutari senza prescrivere diete Gestione dei segnali di rischio alimentare e quando segnalare Fonti affidabili e aggiornamento continuo su nutrizione oncologica. Caso studio (sincrono, piccoli gruppi): simulazione di gestione del pasto per persona in trattamento oncologico, identificando bisogni e strategie pratiche.

**Esercizio individuale** (asincrono): creare un diario alimentare simulato per supporto nutrizionale in diverse fasi della terapia. Role play comunicativo (sincrono): discutere con il team sanitario scenari di alterazioni del gusto, nausea o rifiuto del cibo, sviluppando capacità di segnalazione e supporto empatico. Laboratorio educativo (sincrono): progettare una scheda divulgativa o mini-laboratorio pratico su piccole strategie alimentari per persone in trattamento o in follow-up. Checklist operativa (asincrono): strumenti per monitorare idratazione, piccole porzioni e accettazione dei pasti. Quiz di autovalutazione (asincrono): verificare la comprensione dei principi di sicurezza, nutrizione preventiva e gestione educativa.

**MODULO 11** (8h teoria) Moduli Obbligatori D.lgs 81/08: Salute e Sicurezza sui luoghi di lavoro (4h teoria) Diritti e Doveri dei Lavoratori in Somministrazione (4h teoria)

**Destinatari:** Corso per disoccupati e inoccupati per chi vuole qualificarsi e riqualificarsi – con Attestato di Frequenza