

## Suggerimenti

### Consulenza dietetica

Un/a dietista può fornirle ulteriori informazioni e offrirle una consulenza individuale. Chieda consiglio alla Sua équipe curante.

### Ulteriori informazioni riguardo all'argomento

- Opuscolo «[Alimentazione e cancro](#)», Lega svizzera contro il cancro

## Inappetenza

### Buono a sapersi

L'inappetenza consiste nel non avere appetito e non avere la necessità di mangiare. Ciò può provocare una perdita di peso e una sempre maggiore debolezza.

L'inappetenza è dovuta alla malattia e/o alla terapia. Vi sono diversi fattori che possono accentuare l'inappetenza, per esempio il cambiamento del senso del gusto, le infiammazioni delle mucose della bocca, la nausea, il vomito, i dolori o la costipazione. Anche lo sconforto o la tristezza possono compromettere l'appetito.

L'inappetenza spesso è solo temporanea e può essere attenuata con diverse misure.



## Inappetenza

Si sente...	Oppure osserva (che)...	Quello che può fare per Sé...
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inappetenza leggera</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mangi quello che Le piace o quello che preferisce mangiare.</li><li>• Consumi piccoli pasti e faccia anche qualche spuntino di tanto in tanto. Scelga alimenti e bevande ricchi di calorie e proteine.</li><li>• In genere il movimento regolare aumenta l'appetito.</li><li>• Assuma medicinali contro la nausea, la costipazione o i dolori in base alla prescrizione medica, poiché tali sintomi possono aumentare l'inappetenza.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Perdita della necessità di mangiare</li><li>• Riduzione del peso</li><li>• Cambiamento del senso del gusto</li><li>• Infiammazioni delle mucose della bocca</li><li>• Nausea, vomito</li><li>• Aumento della debolezza</li><li>• Forte avversione verso determinati alimenti</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cerchi di considerare le indicazioni menzionate nella sezione contrassegnata in verde.</li><li>• Si lasci consigliare eventualmente da un dietista. Chieda consiglio alla Sua équipe curante.</li><li>• Se lo ritiene stimolante, assuma i pasti in compagnia.</li><li>• L'inappetenza può rappresentare una notevole fonte di stress sia per Lei sia per i Suoi familiari. Cerchi di parlarne con qualcuno.</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rapido peggioramento dei sintomi indicati nella sezione contrassegnata in giallo</li><li>• Non riesce più a bere</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si metta in contatto con la Sua équipe curante.</li></ul>