



Supplementi nutrizionali orali

Informazioni per il paziente

Fresubin[®]
per più vitalità e benessere



Anche nelle sfide particolari mantenersi in forze

Capacità di rendimento e benessere sono direttamente correlati a un'alimentazione sana e bilanciata. Tuttavia, in determinate situazioni, le preoccupazioni o i problemi possono influire negativamente sull'appetito.

Molte persone perdono peso e si sentono deboli, stanche e immotivate. Per mantenersi in forze e rimanere possibilmente indipendenti, è di grande importanza un'alimentazione bilanciata e adeguata.



Fresubin® video di formazione

Scoprite i nostri video di allenamento con diversi esercizi fisici.



www.fresubin.com/ch/it-ch/attivita-fisica

Riconoscere tempestivamente la malnutrizione

Un dimagrimento involontario dà nell'occhio. Una carenza di determinate sostanze nutritive quali proteine, vitamine, sostanze minerali o oligoelementi è meno evidente, ma ha comunque conseguenze percepibili.

Le cause sono molteplici.



Avete meno appetito



Masticare e deglutire diventa difficile



Evitate determinati alimenti



La vostra alimentazione non è adatta a coprire il particolare fabbisogno di sostanze nutritive dovuto alla malattia di cui soffrite

Indipendentemente dalle cause, i problemi nutrizionali si manifestano spesso gradualmente in un lungo periodo di tempo. Tenetevi quindi sotto osservazione voi stessi e l'andamento del vostro peso.

Da adesso, prestate particolare attenzione alla vostra alimentazione.



Valutazione del mio stato nutrizionale

Questo semplice test vi consente di determinare l'eventuale presenza di un apporto insufficiente di sostanze nutritive. I risultati vi consentono di riconoscere un possibile rischio di malnutrizione e l'eventuale necessità di intraprendere opportune misure.

Avete notato che avete in genere meno fame rispetto a qualche mese fa?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Avete recentemente avuto l'impressione di avere meno forze o energie?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Vi capita spesso di saltare un pasto?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Avete recentemente cambiato abitudini alimentari?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Avete difficoltà a trovare il tempo per fare la spesa e preparare i pasti?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Vi sentite stanchi più spesso del solito?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Avete notato di aver perso peso negli ultimi 6 mesi, senza sapere perché?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Avete talvolta problemi a masticare o deglutire?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
Avete regolarmente problemi di digestione?	Si <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>

Valutazione:

Se avete risposto con «**Si**» a **più di una domanda**, questo può essere un segno di apporto insufficiente di energia e sostanze nutritive. Chiedete consiglio al medico, al farmacista o al nutrizionista.

Ben riforniti e rinvigoriti per la vita quotidiana

Quando il fabbisogno di sostanze nutritive non viene più coperto con l'alimentazione quotidiana, le carenze nutritive possono essere compensate con supplementi nutrizionali orali come Fresubin®.

L'elevata densità energetica aiuta a coprire più facilmente il fabbisogno calorico giornaliero. Inoltre, viene assicurato l'apporto di proteine, importanti vitamine, sostanze minerali e oligoelementi.

Un buono stato nutrizionale può aumentare il vostro benessere!



Ben nutriti quando serve



Alto contenuto di energia e proteine

480 kcal 28.8 g proteine 6 gusti



Fresubin® PRO Drink

- Contenuto elevato di vitamina D
- Contenuto elevato di calcio
- Senza fibre
- Senza glutine
- A basso contenuto di lattosio



400 kcal 20 g proteine 10 gusti (3 fibre)



Fresubin® 2 KCAL (FIBRE) Drink

- Le varianti speziate sono gustose sia fredde che calde
- Con o senza fibre
- Senza glutine
- A basso contenuto di lattosio



250 kcal 12.5 g proteine 5 gusti



Fresubin® 2 KCAL Crème

- Consistenza cremosa da gustare con il cucchiaino
- Adatto per i disturbi della deglutizione
- Senza fibre
- Senza glutine
- A basso contenuto di lattosio



300 kcal 20 g proteine 6 gusti



Fresubin® PROTEIN ENERGY Drink

- Senza fibre (eccetto il cioccolato)
- Senza glutine
- A basso contenuto di lattosio



400 kcal 20 g Proteine 4 gusti



Fresubin® 3.2 KCAL Drink

- Contenuto elevato di vitamina D
- Senza fibre
- Senza glutine
- A basso contenuto di lattosio



Integratore alimentare ricco di proteine

87 g proteine / 100 g Neutro



Fresubin® Protein POWDER

- Solo proteine di siero di latte, ricche di leucina
- Per arricchire bevande e pietanze fredde e calde
- 2 misurini = 10 g di proteine di siero di latte
- Senza zucchero
- Senza glutine
- A basso contenuto di lattosio



...Aggiunge energia a cibi

Zuppa ad alto contenuto proteico



Mescolare 1-2 misurini di Fresubin® Protein POWDER in poca acqua tiepida, quindi mescolare alla zuppa preparata.

Crema di frutta e aromi, yogurt



2 misurini di Fresubin® Protein POWDER

1 bicchiere di yogurt (frutta, caffè, vaniglia)

Mescolare Fresubin® Protein POWDER direttamente nella crema o nello yogurt.

Frullato proteico alla frutta



2 misurini di Fresubin® Protein POWDER

2 dl di succo di frutta

Mescolare Fresubin® Protein POWDER al succo di frutta; se necessario, utilizzare uno shaker.

Uso dei Fresubin® supplementi nutrizionali orali



**Raffreddato in un
bicchiere o direttamente
dalla bottiglia**
tra i pasti



Come un gelato



**Piccole dosi
durante la giornata**

MedPass, per esempio. 4 x 50 ml
insieme alla somministrazione di
medicinali



**Cioccolato, cappuccino
o ai gusti speziati,
da servire caldo**

max. 60 - 70° C



Fresubin® Domande e risposte

Qui trovate alcune domande frequenti.



www.fresubin.com/ch/it-ch/domande-e-risposte

Ricetta Frullato d'arancia alla nocciola



Fruttato

livello ■ □ □ □

1 Port.

15 min

Ingredienti per 1 porzione

200 ml di Fresubin® PRO Drink
Nocciola
1 arancia
1 fetta di zenzero
1 rametto di menta fresca
1-2 cubetti di ghiaccio
1-2 cucchiaini di miele o zucchero,
a piacere

Valori nutrizionali per porzione

Energia.....563 kcal
Proteine.....30 g
Carboidrati.....61 g
Grassi.....19 g

Preparazione

1. Sbucciare l'arancia e rimuovere la pellicina bianca. Tagliarla a pezzetti. Sbucciare lo zenzero e tagliarlo a dadini. Lavare la menta, asciugarla scuotendo e staccare le foglie. Mettere da parte la punta del rametto per usarlo come guarnizione.
2. Frullare finemente l'arancia tagliata a pezzetti, Fresubin® PRO Drink Nocciola, lo zenzero, le foglie di menta e i cubetti di ghiaccio. Aggiungere miele o zucchero a piacere.
3. Versare il frullato in un bicchiere alto. Guarnire con la menta e servire con o senza cannuccia.

Consiglio

In mancanza di menta fresca, si può utilizzare 1/2 cucchiaino di menta essiccata, ad es. quella contenuta nelle bustine delle tisane.



Ricetta

Omelette al formaggio e porri



Ingredienti per 1 porzione

125 ml	di Fresubin® 2 KCAL Drink neutro
60 g	di farina di frumento
1	uovo grande
20 ml	di acqua minerale non gassata
30 g	di formaggio emmental grattugiato
60 g	di porri
10 ml	di olio di colza
	sale, pepe

Valori nutrizionali per porzione

Energia.....	728 kcal
Proteine.....	32.8 g
Carboidrati.....	74.1 g
Grassi.....	33.4 g



Preparazione

- Miscelare la farina, l'uovo, il sale, l'acqua minerale e Fresubin® 2 KCAL Drink neutro.
- Aggiungere l'emmental grattugiato e i porri tagliati a rondelle sottili, formare omelette sottili e friggerle nel grasso già caldo (si ottengono due omelette)

Consiglio

Fresubin® 2 KCAL Drink ai sapori funghi o pomodoro-carota conferiscono alla omelette un gusto più intenso.

Ricetta

Shake alla fragola



Ingredienti per 1 porzione

200 ml	di Fresubin® PROTEIN ENERGY Drink fragola di bosco
100 g	di fragole fresche
80 ml	di succo d'arancia fresco
4 cucchiaini	di zucchero
60 ml	di panna
2 cucchiaini	di succo di limone

Valori nutrizionali per porzione

Energia.....	854 kcal
Proteine.....	22 g
Carboidrati.....	25 g
Grassi.....	34 g

Preparazione

- Frullare le fragole e il succo di limone con un frullatore a immersione o un mixer.
- Aggiungere Fresubin® Protein Energy DRINK fragole di bosco, il succo d'arancia, lo zucchero e la panna e frullare brevemente.

Consiglio

Utilizzate qualsiasi bacca di stagione, come mirtillo e lamponi, per una maggiore varietà e sapore.



Per una maggiore varietà Confezione assortita

Ipercalorico e ricco di proteine
4 gusti per un'ampia varietà di sapori

Fresubin®
2 KCAL FIBRE*
Drink



Fresubin®
PROTEIN ENERGY
Drink



Ricette deliziose e semplici

Godetevi la vostra porzione giornaliera extra di energia e nutrienti sotto forma di piatti nuovi e deliziosi.



**FRESENIUS
KABI**
caring for life

Fresenius Kabi (Schweiz) AG
Am Mattenhof 4, 6010 Kriens
www.fresenius-kabi.ch

Telefon 041 552 70 00
InfoLine 0800 800 877
InfoMail@fresenius-kabi.com