

U.O.C. ATTIVITA' SPECIALISTICHE SERVIZIO DI DIABETOLOGIA

Direttore Dr. S. Vianello

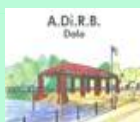
Responsabile Dr.ssa M. L. Contin

U.O.C. MEDICINA DELLO SPORT E DELL'ESERCIZIO FISICO

Direttore Dr. F. Giada



ASSOCIAZIONE
DIABETICI DEL
MIRANESE



ASSOCIAZIONE
DIABETICI
RIVIERA DEL
BRENTA

PROGETTO DIABETICI IN PALESTRA



Il progetto "DIABETICI IN PALESTRA" è promosso dall'ASSOCIAZIONE DIABETICI DEL MIRANESE e dall'ASSOCIAZIONE DIABETICI DELLA RIVIERA DEL BRENTA in stretta collaborazione con il Servizio di Diabetologia e la U.O.C. di Medicina dello Sport e dell'Esercizio Fisico di Noale.

Il progetto si propone l'obiettivo di far acquisire al paziente diabetico la consapevolezza che la pratica dell'attività fisica regolare permette di migliorare il compenso glicemico e il benessere fisico in generale.

A CHI E' RIVOLTO

E' rivolto ai soggetti diabetici che afferiscono al Servizio di Diabetologia nelle sedi di Dolo e Noale. Il medico diabetologo, in base alla valutazione clinica effettuata in occasione della visita, può invitare il paziente a partecipare al Progetto.

I soggetti, disponibili e motivati a seguire il percorso proposto dal medico diabetologo, saranno in seguito contattati dal personale della Medicina dello Sport di Noale che fornirà l'appuntamento per eseguire:

- visita cardiologica, ECG e test ergometrico.

La visita cardiologica, ECG e test da sforzo prevedono il pagamento del ticket, se dovuto.

Il medico che esegue la valutazione cardiologica darà indicazioni in merito al tipo di attività fisica da effettuare e all'intensità, secondo un piano di intervento personalizzato.

In caso risulti una condizione a rischio dal punto di vista cardiologico, l'attività fisica dovrà essere inizialmente effettuata presso la palestra della Medicina dello sport di Noale.

In tutti gli altri casi potrà essere eseguita presso il Servizio di Diabetologia di Dolo e di Noale all'interno di una stanza attrezzata "laboratorio di educazione motoria".

A tutti i pazienti verrà chiesto di controfirmare il modulo per il consenso informato ai test e al trattamento dei dati personali.

COME SI SVOLGE

Una volta completata la valutazione cardiologica i pazienti verranno contattati per programmare le sedute di attività fisica da effettuarsi presso il Servizio di Diabetologia.

Sono previsti 2 accessi/settimana, in orario antimeridiano, per almeno 5 settimane consecutive; ogni accesso ha la durata di 1 ora circa.

Prima, durante e al termine dell'attività fisica verranno rilevati i livelli di glicemia, pressione e frequenza cardiaca.

L'esercizio fisico verrà somministrato seguendo la prescrizione del medico cardiologo e sarà presente un laureato in Scienze Motorie con particolari competenze per quanto riguarda il diabete mellito. Lo Specialista dell'Esercizio sarà presente per tutta la durata del Progetto, fornendo precise indicazioni.

Prima di iniziare l'allenamento aerobico, della durata variabile di circa 45 minuti, si eseguiranno 5 minuti di attivazione muscolare e articolare.

Al termine si effettueranno 5 minuti di defaticamento e stretching.

Una volta concluso il percorso il paziente riceverà una "lettera di dimissione" firmata dal medico diabetologo in cui si attesta il lavoro eseguito nelle 10 sedute e i cambiamenti riscontrati.

Verrà inoltre consegnato un attestato di partecipazione e un elenco di palestre dove poter continuare il proprio training.

Saranno presenti volontari della Associazione Diabetici per aiutare i pazienti.

QUANDO

Presso il Servizio di Diabetologia di Noale:

MARTEDI - VENERDI 9.00 - 12.00

Presso il Servizio di Diabetologia di Dolo:

LUNEDI - GIOVEDI 9.00 - 12.00

COSA DEVO PORTARE

Si consiglia di presentarsi nelle strutture con 10' di anticipo rispetto all'orario di lezione concordato per permettere la registrazione e la raccolta dati.

Si consiglia abbigliamento comodo, meglio se in tuta e scarpe da ginnastica.

Portare il glucometro in uso.

Non lasciare oggetti di valore negli spogliatoi.

NUMERI DI TELEFONO

NOALE (volontario ADIMI)

Primo Battaglia 338 5861451

DOLO (volontario ADIRB)

Salviato Monica 320 6951207

344 0652529

REFERENTI E COORDINATORI DEL PROGETTO

*Dott.ssa Contin Maria Luisa, Dott.. Bortolato Loris,
Dott.ssa Mariano Valentina, Dott.ssa Michela Dal Pos,
Dott.ssa Angela Pia De Cata*

Servizio di Diabetologia

*Dott. Giada Franco, Dott.ssa Vettori Mariapiera,
Dott.ssa Pescatore Valentina, Dott.ssa Brugin Erica,
Dott.ssa Compagno Silvia*

U.O.C. Medicina dello Sport e dell'Esercizio Fisico di Noale

Bottazzo Albino

Presidente F.A.N.D.

Zuin Loris

Presidente A.DI.MI.

Sartori Giuseppe

Presidente A.DI.R.B.

Betetto Aris

Specialista dell'Esercizio Fisico

Bonotto Elisa

Specialista dell'Esercizio Fisico

