



(ODV)

ASSOCIAZIONE
DIABETICI DEL
MIRANESE ODV.

Anno 2019
Cod.Fisc.
90042480278



ASSOCIAZIONE ITALIANA DIABETICI
Ente Morale D.M. 20 Settembre 1993Membro
I.D.F. International Diabetes Federation

A. PROGRAMMA DI PREVISIONE ATTIVITA' ADIMI ANNO 2019

In linea di massima per il 2019 si intendono ripetere (compatibilmente con le risorse economiche erogate in Convenzione) le attività espletate nel 2018 con varianti da definire più avanti, in quanto devono essere concordate con il responsabile dei Servizi di Diabetologia di Dolo e Noale.

Nel rammentare che il programma triennale (1.10.2016-20.9.2019) delle Associazioni Diabetiche è stato già inserito in Convenzione (vedasi allegato alla delibera N° 194 del 28/10/2016, art. 3, punti 1 e 2), in questa breve esposizione sarà più comodo seguire lo stesso schema estratto dal citato art. 3.

Premessa

Al fine di attivare specifici interventi educativi, sia a livello individuale che di gruppo, con l'obiettivo di realizzare una stretta complementarietà con le finalità perseguite dalla legge Regionale n.24 del 11 novembre 2011 "Norme per la prevenzione, la diagnosi e la cura del diabete mellito dell'età adulta e pediatrica" già citata in premessa, l'A.DI.MI. si impegna a provvedere all'attivazione di percorsi di informazione ed educazione sanitaria su temi inerenti la patologia della malattia diabetica e le sue problematiche.

Tali percorsi sono rivolti ai soggetti affetti da patologia diabetica, sia adulti che in età pediatrica, ai propri familiari ed ai soggetti non diabetici e sono finalizzati a fronteggiare la malattia del diabete mellito, considerata di alto livello sociale, ed al raggiungimento dell'autogestione della malattia.

In accordo con le strutture aziendali competenti e con il coinvolgimento dei Pediatri di Libera Scelta (PLS) verranno inoltre programmate ed effettuate anche iniziative di prevenzione primaria nelle scuole per sensibilizzare i bambini ad un sano stile di vita.

Art. 3

Progetti per migliorare le attività diabetologiche da offrire agli utenti diabetici della U.L.S.S. n.13 in sinergia tra i teams diabetologici e le Associazioni dei diabetici.

Punto 1. EDUCAZIONE SANITARIA: PROGETTO DIABET&DUCANDO

Le attività che il Servizio di Diabetologia ULSS (ex 13) offre al paziente affetto da diabete mellito, sono mirate alla diagnosi e soprattutto alla terapia della patologia diabetica nelle sue fasi di acuzie (scompenso iperglicemico o ipoglicemie) e nelle fasi croniche (terapia del piede diabetico, follow-up delle varie complicanze croniche). Le attività cliniche sono di pertinenza specifica del medico e dell'infermiere dedicato.

Alcuni aspetti che riguardano la malattia diabetica non sono però trattati o sufficientemente sviluppati per mancanza di tempo e perché le attività non sono riconosciute ai fini LEA. Purtroppo, gli aspetti da definire nei progetti sono altrettanto importanti e necessari per poter affrontare la malattia diabetica.

Di seguito le attività individuate essenziali:

1. Attività di educazione sanitaria
2. Progetto " Diabetici in palestra"
3. Stage residenziale
4. Incontri informativi/divulgativi

L'EDUCAZIONE TERAPEUTICA DEL PAZIENTE DIABETICO

L'attività educativa del soggetto diabetico è fondamentale per ottenere una corretta autogestione della propria malattia.

Le persone affette da diabete devono ricevere al momento della diagnosi un'educazione all'autogestione del diabete, che deve essere mantenuta in seguito per ottenere maggiore beneficio. Inoltre, l'educazione è più efficace, se pianificata ed organizzata per piccoli gruppi di pazienti.

Attualmente le attività educative presso il Servizio di Diabetologia sono svolte in modo individuale dal personale dedicato.

La Diabetes self-management education (DSME) è un processo che facilita la conoscenza e permette di formare l'abilità necessaria all'auto-cura del diabete.

L'obiettivo principale del self-management è quello di fornire al paziente le informazioni per decidere, modificare il proprio comportamento, risolvere problemi inerenti la propria condizione, oltre a favorire una collaborazione attiva con il proprio team di cura diabetologico.

Autogestione non significa "*abbandono*" a sé stessi, ma capacità di prendere la corretta decisione nei momenti di difficoltà che possono presentarsi quotidianamente.

L'attività educativa rivolta al paziente diabetico permette di prendersi cura della persona, non obbligandola a realizzare ciò che desiderano i medici, ma aiutandola a diventare autonoma ed a realizzarsi.

Lo studio ROMEO ha dimostrato come il percorso educativo strutturato mantenga un miglior controllo metabolico rispetto alle visite ambulatoriali consuete. Inoltre, né il diabetologo, né il MMG, né l'infermiera del CAD, né i volontari delle Associazioni Diabetici possono garantire la loro presenza 24 ore su 24.

Ecco perché è indispensabile fornire a ogni persona con diabete mellito gli strumenti per gestire la propria malattia. Più l'intervento educativo è appropriato e capillare, più sarà possibile rendere il paziente autonomo e consapevole della propria condizione.

Si propone pertanto, nel 2019 il Progetto Educativo DIABET&DUCANDO, che permette di effettuare l'Educazione Terapeutica Strutturata per piccoli gruppi.

L'obiettivo del Progetto è quello di offrire al paziente diabetico gli strumenti per attuare il self-management indicato in premessa per favorire la sua maggior autonomia rispetto alla malattia e fargli acquisire maggior consapevolezza, responsabilizzandolo.

Il progetto si articola in due momenti, di vario spessore educativo e diversi per approccio:

- presso ogni Servizio di Diabetologia (DIABET&DUCANDO A) .
- presso le MGI (DIABET&DUCANDO B)

DIABET&DUCANDO A

SEDE DI SVILUPPO E ATTUAZIONE: Il progetto sarà attuato in diverse sedi e sviluppato per temi. Le sedi individuate saranno i due Servizi di Diabetologia (Dolo e Noale). Ogni sede dovrà disporre di un locale particolarmente ampio e accogliente, dotato di un tavolo ampio, una lavagna a fogli grandi, videoproiettore, pennarelli, carta, ecc.

FIGURE COINVOLTE: il personale medico e infermieristico del Servizio di Diabetologia dell'ULSS 3; è possibile che in qualche incontro a tema siano coinvolte le figure del dietista e dello psicologo.

Un volontario dell'Associazione Diabetici potrà essere presente per supporto educativo al gruppo. Il personale dipendente (medico, infermiere, dietista) svolgerà l'attività durante l'orario di servizio (timbratura).

A CHI E' RIVOLTO: Il progetto è rivolto ai pazienti diabetici e ai loro familiari; gli incontri di gruppo accoglieranno al massimo 10-15 persone. I pazienti saranno individuati e invitati dai medici diabetologi a partecipare agli incontri. In primis dovranno essere invitati i pazienti di nuova diagnosi, ma l'invito sarà esteso anche ai pazienti con durata di malattia più lunga; preferibilmente pazienti con valori di emoglobina glicata maggiore di 7.5% (criterio non vincolante), con età inferiore ai 75 anni. E' concessa la presenza di un solo familiare per ogni paziente.

ARGOMENTI /TEMA DEGLI INCONTRI: i temi da sviluppare dovranno comprendere gli argomenti sotto riportati:

1. Cos'è il diabete
2. La dieta e un sano stile di vita
3. L'attività fisica
4. Le complicanze della malattia diabetica
5. Il piede diabetico e la sua prevenzione
6. L'ipoglicemia e l'autocontrollo glicemico

MODALITA', DURATA E SVILUPPO DELL'INCONTRO: L'incontro, della durata di circa 90 minuti, è sviluppato in tre momenti:

1. Accoglienza dei partecipanti e somministrazione di un questionario ad hoc (GISED, questionari validati)
2. Fase centrale di sviluppo del tema con utilizzo della CONVERSATION MAP (IDF) e/o della VALIGETTA DEL PIEDE DIABETICO e/o altri strumenti educativi (role playing, metaplan);
3. Discussione e confronto tra i partecipanti, il medico e l'infermiere;
4. Somministrazione dello stesso questionario al termine della seduta.

L'incontro si svolgerà al mattino e sarà soggetto ad eventuali variazioni a seconda della necessità.

Gli incontri saranno sviluppati nei primi mesi dell'anno per un gruppo denominato A e nella seconda parte dell'anno per un altro gruppo denominato B.

Tutti i gruppi saranno formati dalle stesse persone.

Numero di persone coinvolte stimato: 30 complessivamente per la sede di Noale.

Ogni modulo educativo proposto è fine a se stesso e si completa nella seduta. Di seguito l'elenco dei temi per ciascun mese:

1. COS'E' IL DIABETE
2. DIETA EQUILIBRATA E ATTIVITA' FISICA
3. L'IPOGLICEMIA E IL MONITORAGGIO GLICEMICO
4. LE COMPLICANZE DEL DIABETE E IL PIEDE DIABETICO

Ogni partecipante riceverà il materiale educativo inerente l'argomento trattato. Verrà creato un registro dei partecipanti. Ogni paziente dovrà partecipare agli incontri offerti dal team diabetologico, non necessariamente consecutivamente, ma anche in mesi diversi.

MATERIALE E METODO EDUCATIVO UTILIZZATO

Durante gli incontri saranno utilizzate le consuete diapositive, le Conversation Maps, la Valigetta del Piede Diabetico.

METODI: Brainstorming, metaplan, role playing.

VALUTAZIONE DEL RISULTATO DEL PROGETTO

Ogni paziente che partecipa all'incontro sarà valutato nei seguenti parametri:

1. peso prima degli incontri e al termine
2. emoglobina glicata prima degli incontri e al termine
3. valutazione del questionario prima degli incontri e al termine

I primi due parametri sono insiti nella visita diabetologica iniziale e di controllo; il questionario sarà valutato dal medico/infermiere, partecipante al progetto.

ASPETTI ORGANIZZATIVI.

Il personale del CAD dovrà invitare il paziente all'incontro.

Spetta all'Associazione, in collaborazione con il personale del Servizio di Diabetologia, farsi carico degli aspetti organizzativi: stampare le locandine e predisporre per i pazienti il materiale informativo riguardante le attività divulgative.

DIABET&DUCANDO B

Nell'ottica di continuare la collaborazione con i MMG aderenti al progetto e la Gestione Integrata del paziente diabetico e volendo rafforzare il messaggio della piena collaborazione tra il CAD e il MMG, si propone di effettuare attività educative per gruppi presso le Medicine Integrate.

Il personale infermieristico del MMG delle MGI ha effettuato incontri formativi presso il Servizio di Diabetologia. Quest'attività educativa completa quella svolta presso il CAD, purtroppo potrà essere fatta con minore frequenza e in orario da concordare con le singole MGI.

Si propone un accesso per ogni gruppo di medicina integrata; l'incontro si svolgerà per piccoli gruppi e il paziente partecipante sarà invitato dal proprio medico curante.

L'argomento è unico: **Cos'è il diabete e le sue complicanze.**

Durante l'incontro sarà trattata anche la questione Gestione Integrata, in modo che il paziente abbia la consapevolezza che la sua patologia è trattata in modo adeguato e corretto dai vari attori coinvolti.

Si darà la precedenza alle MGI già strutturate, con tempi e modi da concordare con i singoli MMG.

Sarà coinvolto il personale medico operante presso il Servizio di Diabetologia.

MODALITÀ DI INCONTRO: interattivo, con diapositive e mappe.

DURATA: 60 minuti.

SUPPORTO DELLE ASSOCIAZIONI: **il personale delle associazioni di diabetici potrà essere di supporto durante l'incontro, attraverso la loro testimonianza di diabetici.**

Punto 2. SVOLGIMENTO ATTIVITA' DELLE ASSOCIAZIONI

Le Associazioni Diabetici nell'ambito della convenzione, s'impegnano ad organizzare la propria attività, sulla base di una programmazione e di una progettualità preventivamente condivisa con il Responsabile del Centro Diabetologico dell'Azienda U.L.S.S. N. 13.

I percorsi d'informazione e di educazione sanitaria sono svolti ed organizzati dalle Associazioni Diabetici secondo gli orientamenti impartiti dal Responsabile del Centro Diabetologico.

Gli interventi di tipo educativo seguono, in generale, le seguenti modalità operative e saranno realizzate compatibilmente con le risorse economiche riconosciute annualmente con la presente convenzione:

A - INTERVENTI EDUCATIVI PRESSO I CD (CENTRI DIABETOLOGICI), LE MGI (MEDICINE DI GRUPPO INTEGRATE) ED I PUNTI DI RIFERIMENTO TERRITORIALI

In questi ultimi anni l'autocontrollo domiciliare della glicemia ha modificato lo status del paziente diabetico, il quale, grazie all'educazione, non deve seguire soltanto delle regole, ma anche saper fare delle scelte, se motivato ad ottenere l'ottimizzazione del controllo metabolico.

Il trattamento con l'insulina, l'addestramento al controllo glicemico domiciliare, l'autonomia nella gestione della patologia, la prevenzione delle complicanze croniche, la correzione dei numerosi fattori di rischio, il raggiungimento di una soddisfacente qualità di vita, sono tutti obiettivi difficilmente raggiungibili, se l'approccio da parte del personale medico e paramedico non è completato con un'informazione mirante alla formazione del paziente diabetico.

L'educazione terapeutica quindi è la chiave di volta nella gestione del diabete, poiché è dimostrato che gli interventi educativi accelerano il processo di accettazione della malattia.

Il Servizio di Diabetologia dell'ULSS 13 di Noale, grazie al contributo dell'A.DI.MI. da diversi anni ha introdotto, fra le attività proprie del Centro, l'educazione terapeutica con lo scopo non solo di trasferire nozioni e tecniche, ma anche per stimolare le persone all'auto analisi nei confronti del proprio comportamento al fine di modificare le abitudini scorrette.

Tali attività saranno avviate nell'ambito della riorganizzazione del CD prevista dall'Azienda ULSS 3 anche presso la sede di Dolo e presso le Medicine di Gruppo Integrate avviate nel territorio aziendale.

MODELLO EDUCATIVO PROPOSTO:

Educazione individuale: il personale messo a disposizione dalle Associazioni Diabetici (infermieri professionali con il supporto di diabetici formati seguendo le linee guida fornite dai teams diabetologici di Noale e Dolo) può essere di supporto al personale medico e paramedico in particolari situazioni, a seconda delle esigenze organizzative .

I pazienti sono coinvolti in un percorso di terapia educativa per ricevere istruzioni riguardanti l'autocontrollo domiciliare della glicemia, l'uso corretto dei presidi diagnostici, le modifiche alimentari, l'attività fisica e le strategie per affrontare le problematiche personali relative al diabete.

Tale supporto educativo è offerto per il momento attraverso l'apertura dei Punti di Riferimento Territoriali ed esteso (su richiesta) ai pazienti diabetici ricoverati in ospedale presso altri reparti per controllare in maniera ottimale la glicemia e la dieta e predisporre un ottimale rientro a domicilio.

Educazione di gruppo: gruppi di pazienti s'incontrano con la supervisione del personale esperto messo a disposizione dalle Associazioni Diabetici per essere informati sull'utilità degli interventi educativi, avere informazioni utili alla cura del diabete e discutere sulle paure, le ansie ed i problemi legati alla malattia stessa, per la cui accettazione risulta importante il confronto fra pazienti con diabete di nuova insorgenza e quelli che hanno raggiunto un buon compenso metabolico, in seguito ad un'adeguata gestione della malattia.

L'ADIMI ha già attivato cinque Punti di Riferimento territoriali per i Diabetici a Caselle di S.M. di Sala, Salzano, Spinea, Maerne e Mirano, che intende sostenere anche per il 2019, fino all'imminente scadenza della Convenzione con l'ASL 3 Serenissima.

Occorre che i medici del Servizio di Diabetologia e i MMG sostengano l'iniziativa gestita dall'ADIMI, invitando i soggetti diabetici ad usufruire del Servizio educativo (aggiuntivo rispetto a quello istituzionale) durante il periodo (spesso lungo) tra una visita specialistica e la successiva; solo tale sinergia potrà garantire una più capillare incisività dell'iniziativa.

All'interno dei punti di riferimento nel 2019 verranno potenziati gli incontri di gruppo in orario serale e/o pomeridiano su tematiche educative comuni ed omogenee.

B - INTERVENTI EDUCATIVI SPECIALI

1. Campi scuola per i diabetici ed i loro familiari

I campi scuola, sperimentati in questi anni dalle Associazioni, sono stati momenti di educazione di gruppo, organizzati in una forma residenziale piacevole ed extra-ospedaliera, in un clima di relax che favorisce l'aggregazione sociale e la disponibilità interiore alla confidenza. In tale favorevole condizione s'incontrano medici, infermieri qualificati e psicologi, si acquisiscono nozioni teorico-pratiche, accrescendo la conoscenza e l'autonomia nella gestione quotidiana della malattia, si esprimono i propri vissuti quotidiani con proficuo scambio di esperienze.

Anche i familiari hanno l'opportunità di conoscere meglio la malattia con il racconto del vissuto di altri diabetici. In tali esperienze spesso si accelerano le fasi dell'accettazione della malattia che per i diabetici rappresenta il primo passo necessario a comprendere la necessità dell'autocontrollo che a sua volta ritarda la comparsa delle complicanze. Tali interventi andranno preferibilmente rivolti ai soggetti diabetici giovani e a quelli con diabete di nuova insorgenza.

L'ADIMI non intende attivare campi scuola in forma residenziale in albergo convenzionato a causa dell'alto costo pro capite; ha ritenuto opportuno puntare piuttosto sui corsi di cui al successivo punto.

2. Corsi serali di educazione

Sono rivolti a diabetici desiderosi di approfondire temi anche complessi legati alla malattia diabetica con l'intervento di specialisti nel settore medico e/o d'assistenza.

I temi da trattare saranno condivisi con il responsabile del CD e gestiti con l'ausilio di medici e paramedici del CD, di esperti esterni e con la collaborazione di diabetici esperti, opportunamente formati dal personale specialistico dell'ULSS.

Si attende la disponibilità dei medici interpellati.

Anche se effettuati in orario mattutino (meno fruibile da parte dei diabetici lavoratori), verranno sostenuti dall'ADIMI gli INCONTRI DI EDUCAZIONE SANITARIA IN AMBITO CARDIOVASCOLARE E DIABETOLOGICO, organizzati come gli anni precedenti c/o la Sala Convegni O.C. di Noale dalle ore 08,30 - 09,30, dalla Cardiologia Riabilitativa e dalla Medicina dello Sport, assieme al Servizio di Diabetologia, al Dipartimento Prevenzione dell'ULSS 13 ed alle Associazioni di volontariato (Cuore Amico, A.DI.MI. e A.DI.R.B.).

Si rimanda al programma 2019 che contiene tematiche molto interessanti per diabetici e cardiopatici.

Per il 2019 l'ADIMI (**per gli argomenti nuovi**) continuerà a chiedere ai relatori l'autorizzazione alla ripresa video durante l'incontro al fine di inserire nel proprio sito le lezioni educative. In questa maniera sarà possibile ampliare il numero di fruitori delle informazioni contenute su di uno specifico tema. Non si esclude che per le conferenze meglio riuscite si possa organizzare un incontro fra diabetici per discutere insieme il significato dei temi trattati.

3. Giornate pubbliche d'informazione sulla malattia diabetica

- In seguito agli screening glicemici rivolti alla popolazione in generale (vedasi punto C.1), dove vengono date informazioni sulla malattia diabetica, agli interessati è comunicata l'opportunità di un approfondimento **su temi specifici riguardanti l'alimentazione e l'attività motoria**. Il personale del CD e i MMG del territorio interessato saranno invitati a dare il proprio contributo scientifico.
- **Per la Giornata Mondiale del Diabete** nel periodo ottobre-novembre 2019 verrà organizzato, presumibilmente presso La Villa Farsetti di Santa Maria di Sala, un Convegno su temi ancora da definire insieme al responsabile del servizio di diabetologia di Dolo e Noale.
Sul sito ADIMI www.adimi.org sarà possibile visionare le registrazioni di ciascun intervento educativo per estendere la fruibilità del Convegno a tutti i soggetti diabetici che non potranno partecipare all'evento.

C - INTERVENTI ESTERNI

1. **Sensibilizzazione della popolazione** ai fini dell'individuazione dei soggetti a rischio in occasione di eventi che interessano il territorio prescelto ed in collaborazione con le istituzioni Comunali ed altre associazioni di volontariato previo accordo con il responsabile del servizio di diabetologia.

Lo screening, rivolto alla popolazione non diabetica ed in genere effettuato in occasione di ricorrenze territoriali che richiamano la popolazione (fiere, feste di patrono, etc) o di feste Nazionali/Internazionali sul Diabete, prevede di norma la presenza di un medico e di un infermiere professionale, che si occupano della misurazione gratuita della glicemia capillare e delle spiegazioni inerenti il significato del valore glicemico trovato; in caso di scostamenti significativi dalla normalità, i soggetti coinvolti vengono invitati a presentare il risultato al proprio medico di fiducia per gli approfondimenti del caso.

Nel contempo i volontari distribuiscono materiale informativo illustrante l'importanza di uno stile di vita sano (attività fisica costante e una dieta equilibrata) che da solo molto spesso basta ad impedire il manifestarsi della malattia diabetica o, perlomeno, a procrastinarne l'insorgenza.

Gli screening verranno effettuati in occasione della giornata mondiale del diabete in periodi scadenziati per singola località tra ottobre e novembre a: Salzano, Mirano, S. M. Sala, Martellago e Spinea.

2. **Interventi educativi nelle scuole** mirati alla conoscenza generale della malattia e alle problematiche legate all'eventuale presenza di soggetti diabetici in età scolare su richiesta degli Istituti Scolastici presenti sul territorio di competenza dell'ULSS ex-N. 13.

Visti i risultati positivi degli anni precedenti, durante il 2019 verranno contattati i Dirigenti Scolastici di un numero più esteso di Scuole interessate alle tematiche generali quali l'importanza di uno stile di vita sano (attività motoria e dieta equilibrata); è stato già presentato in alcune Scuole del territorio un progetto mirato al sostegno psicologico delle famiglie con soggetti diabetici in età scolare e di seguito sintetizzato:

PROGETTO: IL DIABETE NELLO ZAINETTO

Il diabete tipo 1 in età evolutiva è una delle endocrinopatie più frequenti in età pediatrica-adolescenziale, oltre ad essere una malattia cronica che, se non affrontata precocemente e in modo adeguato, può provocare un impatto familiare e sociale negativo.

Purtroppo, il numero di giovani e bambini con diabete tipo 1 è in crescita ed per un giovane il suo esordio rappresenta un vero e proprio percorso irto di ostacoli che comprende varie fasi: scoperta, accettazione, gestione del problema e, infine, consapevolezza che è possibile convivere in serenità.

La scuola rappresenta un momento centrale della vita del bambino dal momento che buona parte della giornata viene trascorsa tra i banchi insieme ai compagni e ai docenti.

Essa rappresenta il primo importante momento di integrazione e socializzazione ed il luogo dove il bambino costruisce la sua personalità, riconoscendo la propria individualità nella comunità di appartenenza.

Il bambino a scuola deve poter controllare la glicemia, assumere l'insulina, gestire eventuali crisi iper-ipoglicemiche **in una condizione di normalità e serenità**. Questo progetto è nato dall'idea di diffondere tra i bambini la conoscenza del diabete di Tipo 1.

L'ADIMI è contenta (dopo averlo caldeggiato per anni) di poter iniziare a lavorare in questa direzione. E' doveroso ringraziare **la dott.ssa M.L. Contin** (responsabile del Servizio di Diabetologia) e **la dott.ssa G. Fino** (Pediatra Diabetologa) di avere preso a cuore i problemi dei giovani diabetici in età scolare e dei loro genitori, la nostra collaboratrice **dott.ssa L. Marinello** (I.P. e psicoterapeuta), il dirigente scolastico e i docenti della Scuola dove verrà attivato il Progetto entro la fine del corrente anno scolastico.

3. **Interventi educativi domiciliari** rivolti a favore di pazienti diabetici con particolari problemi, previo accordo con il responsabile del servizio di diabetologia.
Si attendono segnalazioni da parte dei Medici Responsabili del Servizio Diabetologico.

D - INTERVENTI EDUCATIVI CON OPERATORE DI FITNESS METABOLICA

Attivazione di corsi di attività fisica con l'intervento di una figura professionale tutoriale (importante sotto il profilo educativo) nota come Operatore di Fitness Metabolica (O.F.M.).

Tali operatori hanno il compito di gestire peculiari terapie mediche basate sull'esercizio fisico (secondo prescrizione e monitoraggio del diabetologo) ed offrire una guida terapeutica ai soggetti diabetici o a rischio di sviluppare la suddetta patologia con l'importantissimo obiettivo di far comprendere che un regolare esercizio fisico conferisce benefici, non solo sul controllo glicemico, ma anche sulla sensibilità insulinica, sul sistema cardiovascolare, sul benessere psicologico, ottimizzando il peso corporeo e garantendo la prevenzione delle complicanze.

L'attività dell'O.F.M. deve promuovere l'idea che l'attività fisica è una terapia coadiuvante nella cura della malattia diabetica: un regolare programma di esercizio fisico, elaborato su misura per ogni individuo dopo un'adeguata valutazione delle capacità motorie da parte dell'equipe del CAD, garantirebbe la piena adeguatezza dell'esercizio fisico nella gestione della malattia diabetica.

Tale intervento si è già ampiamente concretizzato nel progetto "Diabetici in Palestra" realizzato con il contributo dell'ADIMI, che ha allestito una palestra motivazionale pressola sede di Noale, mettendo a disposizione un proprio volontario con incarichi di segreteria, referenza e supporto al lavoro del personale sanitario.

D'intesa con l'Azienda ULSS, in particolare con il Dipartimento di Prevenzione, si auspica di estendere a tutto il territorio aziendale la convenzione tra Associazioni dei Diabetici e titolari di palestre per accessi controllati e a costi convenzionati per i pazienti diabetici.

PROGETTO "DIABETICI IN PALESTRA"

Per il 2019 il Progetto Diabetici in Palestra verrà realizzato a Noale con le medesime finalità degli anni precedenti.

L'attività motivazionale sarà compito del team diabetologico, ma risulteranno a carico dell'ADIMI il pagamento dell'operatore di fitness metabolica, la manutenzione dei cicloergometri e l'attività di segreteria, referenza e supporto al lavoro del personale sanitario per la palestra motivazionale.

L'attività prevista si svolgerà a pieno regime, cioè 12 pazienti diabetici afferenti alla palestra due volte a settimana per 8-10 settimane consecutive, con progressivo ricambio dei soggetti da motivare all'attività motoria.

PROGETTO MOVIMENTO=SALUTE

Continueranno per il 2019 i **corsi di attività motoria in palestre convenzionate** con l'ADIMI situate presso:

1. lo Stadio Comunale Salvador Allende di SPINEA: Lunedì e Giovedì 8,30-11,30 (3 turni).
2. SPINEA in Via Cicci: Lunedì e Giovedì 14.45-15.45
3. La sala Parrocchiale di Salzano: mercoledì e sabato 8.30- 10.30 (3 turni).
4. La Scuola Media Statale di Salzano: Martedì e Venerdì 14.30- 15.30
5. La Scuola elementare di Caselle di S.M. di Sala in collaborazione con G.S. FENICE: Lunedì e Giovedì 20-22 (2 turni); Martedì 16.30-17.30 ; Venerdì 16.15- 17.15

Obiettivi dei corsi: avvicinare all'attività motoria il maggior numero possibile di diabetici e/o soggetti a rischio di diventarlo per migliorare le condizioni generali di salute e prevenire la patologia diabetica e le sue complicanze. In tali palestre l'esercizio fisico viene gestito da istruttori specializzati in fitness metabolica con la presenza motivante di "diabetici esperti".

Almeno all'inizio ed alla fine dei corsi, verranno effettuati controlli da parte di personale infermieristico: altezza, peso corporeo, circonferenza vita, indice di massa corporeo, glicemia, pressione arteriosa e frequenza cardiaca.

ALTRE ATTIVITA' MOTORIE:

Le attività motorie per i diabetici non si limiteranno solo alla palestra, ma si estenderanno sul territorio attraverso una serie di iniziative (biciclettate, corse, passeggiate, gite sociali ect.) ancora da deliberare.

E - PROGETTO PER LA PROMOZIONE DELL' ATTIVITA' FISICA NEI MINORI AFFETTI DADIABETE

Dalla collaborazione tra Centro Diabetologico, Associazioni Diabetiche, UOC Medicina dello Sport e dell'esercizio fisico e PLS si prevede di avviare un punto di riferimento provinciale per l'abilitazione all'attività sportiva agonistica per tali pazienti.

F- Attività d'informazione, divulgazione, organizzazione, pubblicazione da parte delle Associazioni di materiale destinato ai pazienti diabetici e loro familiari che frequentano i CD e le MMG secondo quanto previsto dall'art. 9 della L.R. n. 24/11.

Nel corso dell'anno si manterranno le seguenti attività generali:

- a. Mantenimento del sito www.adimi.it
- b. *Pubblicazione del periodico associativo: La Voce dell'ADIMI.*
- c. *Pubblicazione di materiale scientifico informativo finalizzato all'educazione e prodotto dai medici specialisti del CAD o dai MMG o auto prodotto dall'Associazione con l'autorizzazione dei redattori identificabili.*
- d. *Pubblicazione di volantini, locandine, brochure, manifesti, dépliant, etc. utili per reclamizzare eventi, convegni, incontri, etc. relativi alle attività educative di cui al presente progetto.*
- e. *Divulgazione tramite il periodico ed il sito associativo e distribuzione diretta dei contenuti delle precedenti pubblicazioni presso i CAD, i Punti di riferimento territoriali per i diabetici e gli altri luoghi sedi delle attività educative dell'associazione.*
- f. *Acquisto del materiale necessario per realizzare quanto elencato nei punti precedenti.*