



(ODV)

ASSOCIAZIONE
DIABETICI DEL
MIRANESE ODV.

Anno 2019
Cod.Fisc.
90042480278



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

C. CONSUNTIVO ATTIVITA' SVOLTE DALL'ADIMI NELL'ANNO 2018

1. EDUCAZIONE SANITARIA: PROGETTO DIABET&DUCANDO

L'A.D.I.M.I. nel corso del 2018 è riuscita finalmente a realizzare, collaborando con la responsabile del Servizio di diabetologia di Dolo e Noale **dott.ssa Contin** e i suoi collaboratori **Dott.ssa Mariano, Dott.ssa Dal Pos, Dottor Bortolato e Dott.ssa De Cata**, quanto espressamente previsto dall'art. 3 della Convenzione cui si rimanda per i dettagli: **"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"**.

Sono stati attuati percorsi di informazione ed educazione sanitaria su temi inerenti la patologia della malattia diabetica, rivolti ai soggetti affetti da patologia diabetica e ai propri familiari e finalizzati a fronteggiare le varie problematiche della malattia.

Obiettivo a lungo termine: capacità di autogestire la propria malattia con l'aiuto degli operatori sanitari.

In estrema sintesi nel Progetto:

- Sono stati coinvolti una ventina di soggetti (diabetici e loro familiari) divisi in due gruppi (il primo ha operato nel periodo febbraio-marzo ed il secondo nel periodo maggio-giugno). Gli incontri sono avvenuti per tre sabati consecutivi di tre ore ciascuno, discutendo ed approfondendo interessanti tematiche teorico pratiche, riguardanti la corretta alimentazione ed il calcolo dei carboidrati. I dettagli sono contenuti nelle relazioni trimestrali già pervenute.
- Le coordinatrici ADIMI **Colla, Quintavalle e Serpellon**, in collaborazione con il personale del Servizio di Diabetologia hanno curato gli aspetti organizzativi (stampa delle locandine e predisposizione di materiale informativo ed educativo per i partecipanti agli incontri).
- Solo qualche esempio di argomenti teorico/pratici trattati: rapporto tra dieta e carboidrati, riconoscere gli alimenti nei quali si trovano i carboidrati, saper leggere le etichette e le tabelle, l'indice glicemico, il diario alimentare, porzioni crudo/cotto, il fattore di correzione (algoritmo iperglicemia), la regola del 15 (ipoglicemia), rapporto insulina carboidrati, analisi della scheda alimentare, esercitazioni pratiche (tipo simulazione di un pasto principale), calcolare quanti carboidrati sono contenuti negli alimenti dei pasti, saper sostituire gli alimenti, mantenendo inalterata la quantità di carboidrati.

2 - INTERVENTI EDUCATIVI PRESSO I CENTRI DIABETOLOGICI, LE 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 e 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. Essa ha lo scopo non solo di trasferire nozioni e tecniche, ma anche di stimolare le persone all'auto analisi nei confronti del proprio comportamento al fine di modificare le abitudini scorrette.

MODELLO EDUCATIVO PROPOSTO:

Educazione individuale: il personale messo a disposizione dall'Associazione (infermieri professionali con il supporto di diabetici formati, seguendo le linee guida fornite dalla FAND), può essere di supporto ai diabetici che vengono coinvolti in un percorso di terapia educativa, ricevendo 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.

Educazione di gruppo: gruppi di pazienti s'incontrano con la supervisione del personale esperto messo a disposizione dall'ADIMI 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.

Tale supporto educativo è stato offerto dalla nostra Associazione attraverso la progressiva apertura dei **Punti di Riferimento Territoriali** per i Diabetici a : **Caselle di S.M. di Sala, Salzano, Martellago, Spinea e Mirano (inaugurato il 12.5.2018).**

Nel terzo quadrimestre del 2018 le giornate educative di tipo individuale sono state: 12 (tot. 36 ore) a Caselle; 16 (tot. 48 ore) a Salzano; 15 (tot. 45 ore) a Martellago/Maerne; 8 (tot. 24 ore) a Spinea; 15 (tot. 45 ore) a Mirano. Un totale quadrimestrale di 66 giornate (tot. 198 ore) di apertura dei Centri ai quali sono affluiti (gratuitamente) circa 180 soggetti fra diabetici e loro familiari. In parecchi casi i soggetti a rischio di diventare diabetici hanno prenotato un incontro al fine di chiedere suggerimenti sullo stile di vita idoneo per evitare l'insorgenza della malattia diabetica.

Nell'allegato 1 (gruppo di spese 1) del doc. B vengono indicate le specifiche spese sostenute dall'Associazione per questa attività nel terzo quadrimestre .

A consuntivo 2018 le giornate educative di tipo individuale sono state: 24 (tot. 72 ore) a Caselle; 44 (tot. 120 ore) a Salzano; 38 (tot. 114 ore) a Martellago/Maerne; 25 (tot. 75 ore) a Spinea; 22 (tot. 66 ore) a Mirano.

Per un totale annuale di 153 giornate (tot. 459 ore) di apertura dei Centri .

Tale numero di interventi educativi potrebbe tranquillamente aumentare, garantendo così una più capillare incisività dell'iniziativa, se i medici del Servizio di Diabetologia e i MMG sostenessero l'iniziativa gestita dall'ADIMI, invitando i soggetti diabetici ad usufruire del Servizio educativo (aggiuntivo a quello istituzionale) durante il periodo (spesso lungo) tra una visita specialistica e la successiva.

3.INTERVENTI EDUCATIVI SPECIALI: GIORNATE PUBBLICHE D'INFORMAZIONE SULLA MALATTIA DIABETICA

- A. L'ADIMI, insieme alle Associazioni di volontariato Cuore Amico e A.DI.R.B., ha appoggiato l'iniziativa della Cardiologia Riabilitativa e Medicina dello Sport, del Servizio di Diabetologia e del Dipartimento Prevenzione dell'ULSS 13, che hanno organizzato gli **INCONTRI DI EDUCAZIONE SANITARIA IN AMBITO CARDIOVASCOLARE E DIABETOLOGICO**, c/o la Sala Convegni O.C. di Noale dalle ore 08,30 - 09,30 .**

Temi trattati

7.2.2018

- Composizione corporea e dispendio energetico (Dr.ssa Giovanna Tegon)
- La corretta alimentazione nel cardiopatico e/o diabetico (Dr.ssa Luisa Bedin)

21.2.2018

- L'esercizio fisico nel paziente cardiopatico (Dr Ruggero Marin)
- L' esercizio fisico nel paziente diabetico (Dr. Aris Betetto)

7.3.2018

- Come combattere stress, ansia e depressione (Dr.ssa Marzia Sarto)
- I sintomi cardiovascolari d'allarme: quando chiamare il 118 (Dr.ssa Silvia Compagno)

21.3.2018

- I farmaci per il cuore (Dr.ssa Valentina Pescatore)
- L'importanza di assumere i farmaci correttamente (Dr.ssa Paola Pesce)

11.4.2018

- Gruppi di cammino: cosa sono, come funzionano? (Dr.ssa Federica Boin)
- Nuovi farmaci per il diabete (Loris Bortolato)

9.5.2018

- Il paziente cardiopatico/diabetico in vacanza: viaggi in aereo e/o in montagna: (Dr.ssa E. Brugin)
- Aspetti fisiatrici dell'esercizio fisico: come evitare traumi e lesioni da sovraccarico. (Dr. M. Ferraro)

23.5.2018

- I fattori di rischio cardiovascolare: (Dr.ssa Piera Vettori)

- Trattamento del tabagismo: (Teresa Vescovo)

6.6.2018

- La sessualità nel soggetto cardiopatico e/o diabetico (Dr. Fulvio Laganà).
- Luci ed ombre della menopausa: (Dr.ssa Lucia Ferrari)

L'ADIMI ha chiesto ai relatori l'autorizzazione alla ripresa video durante l'incontro educativo al fine di inserire nel proprio sito web le lezioni.

In questa maniera risulta possibile ampliare il numero di fruitori delle informazioni contenute su ogni specifico tema sia negli incontri di gruppo che on line sul nostro sito www.adimi.org

- B. Per la Giornata Mondiale del Diabete** (18 novembre 2018) presso La Villa Farsetti di Santa Maria di Sala, grazie alla cortese ospitalità dell'Amministrazione Comunale, si è svolto il Convegno **IMPEGNO PER LA SALUTE** sul tema: **Il ruolo della famiglia nel percorso del diabetico tipo 1 e tipo 2**.

Argomenti specifici:

- **Il diabete di tipo 1** (rel.Dr. L. Gentile Direttore Struttura Complessa di diabetologia Osp. Cardinal Massaia Asl AT Asti).
- **L'accettazione della malattia** (rel. Dr.ssa L. Marinello Inf. Professionale-Psicoterapeuta collaboratrice ADIMI)
- **La gestione della terapia** (rel. Dr.ssa A.P. De Cata Diabetologa ULSS 3 Serenissima distretto Dolo-Mirano)
- **Complicanze** (Rel. Dott. M. De Rocco (Diabetologo ULSS 3 Serenissima distretto Dolo-Mirano)

Moderatrice : Dr.ssa M.L. Contin (Responsabile del servizio Diabetologa ULSS 3 Serenissima distretto Dolo-Mirano)

Sul sito ADIMI www.adimi.org è possibile visionare le registrazioni di ciascun intervento educativo per estendere la fruibilità del Convegno a tutti i soggetti diabetici, che non hanno potuto partecipare all'evento.

- C. Nell'ambito degli Interventi educativi nelle scuole, mirati alla conoscenza generale della malattia e alle problematiche legate all'eventuale presenza di soggetti diabetici in età scolare, in data 17.2.2018 è stata realizzata una "Conferenza sul tema IL DIABETE a SCUOLA" presso l'Istituto Majorana (dalle 9 alle 13.30) rivolta alle classi quinte.**
- Argomenti:**

- **DIABETE GIOVANILE** : Relatrice dott.ssa M.L. Contin Resp.le Servizio di Diabetologia di Noale e Dolo
- **ATTIVITA' FISICA e MOTORIA** (relatore dott. Aris Betetto Istruttore di Fitness metabolico)
- **ASPETTI PSICOLOGICI** (relatrice dott.ssa Laura Marinello Inf. Prof./ Psicologa e collaboratrice ADIMI)

- D. Screening glicemici, rivolti alla popolazione non diabetica ed in genere effettuati in occasione di ricorrenze territoriali che richiamano la popolazione (fiere, feste di patrono, etc) o di feste Nazionali/Internazionali sul Diabete, prevedono 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 dieta equilibrata) che da solo molto spesso basta ad impedire il manifestarsi della malattia diabetica o, perlomeno, a procrastinarne l'insorgenza.

Come di consueto gli screening sono stati effettuati a Salzano, S. M. Sala, Spinea in occasione della giornata mondiale del diabete ed in periodi scadenzati per singola località tra ottobre e novembre e a Mirano in giugno in occasione della festa del volontariato .

E. Presso il Punto di ascolto di Mirano nella sala Conferenze di Villa Errera messa a disposizione dall'amministrazione Comunale di Mirano , il 20 ottobre 2018 si è svolta una conferenza sul tema.

EDUCARE PER PREVENIRE sugli argomenti :

- **Il corretto stile di vita** (rel. Dott.ssa M.L. Contin Resp. Servizio di Diabetologia di Noale e Dolo)
- **Le ortesi nel piede diabetico** (rel. R. Polesso Direttore F.F.)
- **Salute orale nel paziente diabetico** (relatore AIOP)
- **Intervento sulle tecnologie presenti e future** (rel A. Gobbi Medtronic divisione diabete)

Moderatore il Presidente FAND A. Bottazzo

4. INTERVENTI EDUCATIVI CON OPERATORE DI FITNESS METABOLICA

Come esplicitamente indicato nella Convenzione, cui si fa riferimento, sono proseguite le ormai consolidate attività motorie nell'ambito dei seguenti progetti:

PROGETTO "DIABETICI IN PALESTRA"

Il progetto è proseguito per tutto il 2018, con interruzione ad agosto. L'attività motivazionale è compito del team diabetologico, ma sono risultati a carico dell'ADIMI il pagamento dell'operatore di fitness metabolica e la manutenzione dei cicloergonometri. L'associazione **ha messo a disposizione un proprio volontario con incarichi di segreteria, referenza e supporto al lavoro del personale sanitario.**

PROGETTO "DIABETICI IN PALESTRA"

I corsi motivazionali sono stati frequentati gratuitamente. L'attività è stata svolta 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.

Durante il terzo quadrimestre 2018 i soggetti diabetici che nei mesi da settembre a dicembre 2018 hanno frequentato la palestra sono stati circa 27, nei

30 giorni di apertura del servizio per un numero totale di 97 ore, come si evince dai documenti del gruppo 3 dell'allegato 1 che giustificano i costi sostenuti dall'ADIMI.

A consuntivo 2018, i soggetti diabetici che hanno frequentato la palestra motivazionale di Noale sono stati circa 40 nei 71 giorni di apertura del servizio per un numero totale di 232 ore.

Parecchi di loro hanno proseguito la loro attività motoria, utilizzando palestre di loro scelta o convenzionate con l'ADIMI a prezzo contenuto.

PROGETTO MOVIMENTO=SALUTE

Sono continuati, come ormai da anni, i **corsi di attività motoria in palestre convenzionate** con l'ADIMI situate presso:

- lo Stadio Comunale Salvador Allende di SPINEA: Lunedì e Giovedì 8,30-11,30 (3 turni).
- SPINEA in Via Cicci: Lunedì e Giovedì 14.45-15.45
- La sala Parrocchiale di Salzano: mercoledì e sabato 8.30- 10.30 (3 turni).
- La Scuola Media Statale di Salzano: Martedì e Venerdì 14.30- 15.30
- 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, sono stati effettuati controlli da parte di personale infermieristico: altezza, peso corporeo, circonferenza vita, indice di massa corporea, glicemia, pressione arteriosa e frequenza cardiaca.

ALTRE ATTIVITA' MOTORIE:

Nel 2018 si sono svolte le seguenti iniziative :

- **Febbraio:** camminata a Salzano con percorso di circa 4 km che si snoda tra le vie periferiche del paese e lungo l'argine con tappe per esercizi di mobilità e allungamento muscolare.
- **Marzo:** camminata al parco dei laghetti di Martellago. Il percorso si è svolto al suo interno con tappe per esercizi di mobilità e allungamento muscolare.
- **Aprile:** camminata nell'oasi naturalistica WWF di Noale. Il percorso si è svolto all'interno del Parco naturalistico con l'ausilio di una guida.

Come si evince dai documenti del gruppo 3 dell'allegato 1, durante il periodo settembre-dicembre 2018 all'interno del progetto MOVIMENTO=SALUTE si sono svolte 167 ore di attività motoria distribuite in 90 giorni con la partecipazione complessiva di circa 160 soggetti (diabetici o a rischio di diventarlo) sufficientemente motivati all'idea che un regolare esercizio fisico conferisce benefici, non solo sul controllo glicemico, ma anche sul benessere psicologico.

A consuntivo 2018 i soggetti diabetici che hanno frequentato la palestra sono stati circa 160 , nei 259 giorni di apertura del servizio per un numero totale di 460 ore.

5. 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 sono mantenute 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.*