



# GdL Diabete e Sport

**RIUNIONE GRUPPI DI LAVORO**

**21 marzo 2016**

**Teatro Tordinona, Roma**



## OBIETTIVO GENERALE 2011

Realizzazione costante nella pratica clinica quotidiana di una «prescrizione» condivisa dell'attività motoria come intervento irrinunciabile di prevenzione e di cura del diabete, preferibilmente con il coinvolgimento delle istituzioni



**METODO DI VERIFICA E INFORMAZIONI VARIE**  
La documentazione ECM (scheda anagrafica, questionario valutazioni e apprendimento), dovrà essere riconsegnata alla segreteria Organizzativa al termine dei lavori.  
Per conseguire i crediti relativi alla giornata/evento partecipato è necessario:

- garantire la propria presenza in sala per il 100% della durata dell'evento
- aver risposto correttamente al 75% dei quesiti del questionario di apprendimento
- aver consegnato il questionario di valutazione dell'evento compilato in ogni sua parte
- aver compilato in ogni sua parte con i propri dati la scheda necessaria ai fini ECM

**ATTESTATO ECM**  
Verrà spedito all'indirizzo di posta elettronica indicato sul modulo dopo aver effettuato le verifiche

**ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE**  
Verrà consegnato al termine del corso

**ISCRIZIONI**  
L'iscrizione è gratuita fino a esaurimento posti (n. 36) e può essere effettuata sul sito <http://www.siditalia.it/formazione/formazione-residenziale.html>

Con il patrocinio di  
**AMD** ASSOCIAZIONE MEDICI DIABETOLOGI LAZIO

In collaborazione con  
**AMSD** Istituto di Medicina e Scienza dello Sport

Con il contributo non condizionato di  
**Abbott** Diabetes Care

Congresso Regionale SID-AMD Lazio  
**diabete e sport**

21 Novembre 2012  
CONI Servizi  
Istituto di Medicina e Scienza dello Sport  
Aula Magna  
Centro G. Onesti  
Largo Giulio Onesti, 1 - 00197 Roma

Presidente  
**SID** Società Italiana di Diabetologia  
Via Pisa, 21 - Roma  
Tel. 064240987  
siditalia@pec.siditalia.it

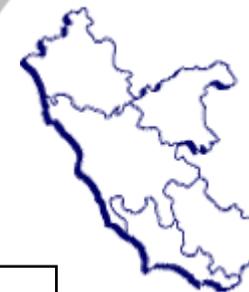
Segreteria Organizzativa  
**M&P** CONSULENZA & SERVIZI  
Via del Gallo, 15 - Firenze  
Tel. 055270227  
info@maysformazione.it

Direttore del Corso  
F. Strollo  
Responsabili Scientifici  
D. Lauro, A. Pelliccia

# 1° Risultato

## Motivi di orgoglio

- richiesta di iscrizione doppia rispetto ai posti disponibili (n=36)
- 16 team diabetologici formati
- metodologia della Scuola di Formazione pienamente rispettata
- commenti molto positivi a fine evento
- richiesta di ulteriori corsi di approfondimento
- 11.2 crediti ECM erogati per partecipante



## 2° Risultato

SID/AMD Regione Lazio

A cura della persona con diabete

**Indagine conoscitiva per individuare le cause della scarsa pratica all'attività motoria nelle persone con diabete mellito T2 mediante Questionario a Scelta Multipla**

Gentile Signora/e,

la cura del diabete mellito si fonda su dieta, attività fisica, farmaci o insulina e corretta autogestione.

Per noi è molto importante conoscere la Sua opinione sull'attività fisica come parte integrante della terapia del diabete (intendiamo un'attività regolare, per esempio 3 volte alla settimana e della durata di almeno 30 min. continuativi come camminare, nuotare, ballare, andare in bicicletta/cyclette, ...).

**RISPONDA RIFERENDOSI ALLA SUA PERSONALE ESPERIENZA**

**Il volano è stato lento  
per quanto abbiamo cercato di insistere...**



## 3° Risultato

Offrire ai colleghi un modello pratico di approccio all'attività fisica da commentare con i pazienti:

- grazie alla Abbott per l'opuscolo divulgativo
- ripreso dalla Sigma-Tau per la GMD 2015

### RACCOMANDAZIONI ALL'ATTIVITÀ FISICA

Tutti gli adulti, tra cui le persone con diabete dovrebbero svolgere attività fisica. Mantenersi fisicamente attivi è un efficace strumento per la cura del diabete.

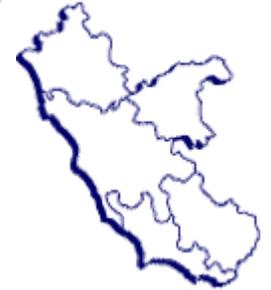
Alcuni suggerimenti ti saranno certamente utili e in questo pieghevole ne troverai alcuni molto importanti.

Innanzitutto, se sei un soggetto sedentario, ricorda che, qualsiasi sia la tua età, attraverso un'attività fisica regolare puoi migliorare la capacità aerobica, la forza, la flessibilità riacquistare la forma fisica perduta.

Altro principio a cui non si può venir meno è bere acqua prima, durante e dopo l'attività fisica, perché la disidratazione può causare disturbi del ritmo cardiaco, aggravare l'iperglicemia e ridurre eccessivamente la pressione sanguigna provocando vertigini e debolezza fisica.



Roma, Museo di Villa Giulia. Anfora attica a figure nere da Cerveteri, tomba I a sinistra della Via Domiziana, lati A e B: scena di corsa (530-520 a. C.)



**ADESSO CI SONO STATI ATTRIBUITI  
3 MANDATI  
MOLTO AMBIZIOSI**

**e ci siamo attivati in tal senso**

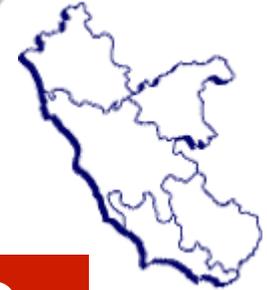


# PRIMO MANDATO

**ORGANIZZAZIONE DI UN TAVOLO TECNICO INSIEME CON ADI, OSDI, ASSOCIAZIONI DEI PAZIENTI, CORSI DI LAUREA IN SCIENZE MOTORIE E DIETISTICA FINALIZZATO ALLA PROMOZIONE E DIFFUSIONE DI CORRETTI STILI DI VITA ATTRAVERSO LA PROGRAMMAZIONE DI CORSI DI FORMAZIONE PER OPERATORI E VOLONTARI**

Coinvolgere:

- ALAD (espressione regionale dell'ANIAD), CLADIAB e Diabete in Pugno
- laureati di Scienze Motorie
- laureati in Dietistica



## SECONDO MANDATO

**COINVOLGIMENTO SUCCESSIVO NEL TAVOLO  
TECNICO DELLA CRI, AL FINE DI PROMUOVERE  
UNA DIVERSA E PIÙ INCISIVA  
ORGANIZZAZIONE DELLA GMD 2016**

elaborare un progetto di atletica per ragazzi DMT1 provenienti dalle pediatrie con il gruppo dell' Acqua Acetosa e il Comitato Atletica di Roma per Caracalla contattando per supporto:

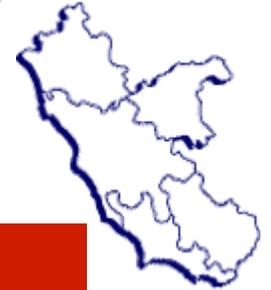
- ALAD, per la competenza ma anche per identificare come “testimonial” un DMT1 che pratica la corsa
- INPDAP, che attuò un progetto simile in Calabria
- Bambin Gesù, che segue in ragazzi



## TERZO MANDATO

**ORGANIZZARE, PER IL 22 OTTOBRE 2016,  
UN EVENTO ECM NEL LAZIO SUD (SEDE  
DA DEFINIRE) SUL TEMA DEI CORRETTI  
STILI DI VITA, CON PARTICOLARE  
RIFERIMENTO ALLA NUTRIZIONE E  
ALL'ATTIVITÀ FISICA**

possibile solo organizzando una  
riedizione dell'evento ECM del 2012



**noi avevamo in mente  
anche obiettivi  
di interesse sociale.....**

**... che è possibile realizzare  
solo in alternativa:  
dovremmo scegliere ora.....**



## 1° Obiettivo proposto dal GdL

### REALIZZARE INIZIATIVE PRATICHE

- promuovere attività anche "ludiche" come marce di gruppo e danza (prendere contatti con scuole di ballo e con istruttori con onorari accessibili)
- indirizzare i pazienti a fare attività in determinate strutture sportive in cui avrebbero un "percorso facilitato"



## 2° Obiettivo proposto dal GdL

### ISTITUZIONALIZZARE I PERCORSI DI AF

- promuovendo una prima importante sede che faccia da riferimento alle successive (in zone centrali o comunque facilmente raggiungibili)
- inserendo una carta dei servizi con elenco delle strutture sportive di riferimento



### 3° Obiettivo proposto dal GdL

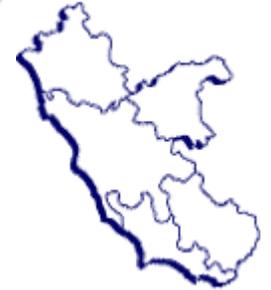
rivolgersi a ONLUS per anziani,  
trovando i giusti agganci,  
per promuovere l'attività fisica  
di tipo ludico-socializzante



## 4° Obiettivo proposto dal GdL

### VERIFICARE I RISULTATI

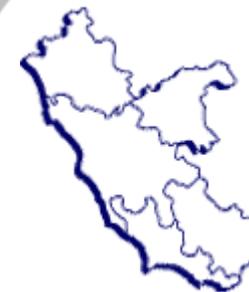
- sfruttando anche delle APP esistenti (es. città per camminare) che creano percorsi di gruppo per attività fisica ed eventualmente studiarne di nuovi
- verificando nel tempo le attività dei singoli, previa liberatoria



## 5° Obiettivo proposto dal GdL

riadattare il modulo di prescrizione di attività fisica già elaborato in Campania

- rendendolo applicabile alla nostra realtà regionale
- studiando indicatori utili a valutarne l'impatto sulla reale compliance (previa formazione specifica del personale)



**AI PRESIDENTI  
L'ARDUA  
SENTENZA.....**