

Gruppo di Studio Diabete e Attività fisica

Biennio 2008–2010

In questi anni le iniziative del Gruppo di Studio su Diabete e Attività Fisica (GAF) si sono mosse in varie direzioni, con azioni a livello sociale, politico, scientifico e sportivo, con un unico obiettivo: creare cultura e sensibilizzazione attraverso la realizzazione di modelli organizzativi che permettano di implementare l'attività motoria nelle persone con diabete sia tipo 1 sia tipo 2.

Il Gruppo di Studio Attività Fisica (GAF) di Diabete Italia conta attualmente 104 soci.

Il comitato di coordinamento, sino al maggio 2010, è stato costituito da Maurizio Di Mauro (coordinatore), Carmelo D'Urso (segretario), Edoardo Mannucci, Maria Teresa Marcone, Paolo Moghetti, Vincenzo Paciotti, Ernesto Rossi e Felice Strollo.

Al passaggio delle consegne, avvenuto a Padova in occasione del 23° Congresso Nazionale della SID, è stato eletto coordinatore Giulio Marchesini che manterrà la carica fino al 2012.

I membri del comitato coordinatore sono Maria Teresa Marcone, Vincenzo Paciotti, Ernesto Rossi, Paolo Foglini e Maria Sambataro.

In questi due anni di mandato il GAF ha promosso una serie di iniziative, prevalentemente di carattere tecnico-scientifico, con l'obiettivo di affrontare unitariamente le problematiche dell'attività fisica sul territorio nazionale.

Tra le iniziative più significative, il Gruppo di Studio Interassociativo SID-AMD su Attività Fisica e Diabete (GAF) ha avviato un'indagine conoscitiva su diabete, obesità e attività fisica allo scopo di fare una fotografia delle strutture specialistiche di diabetologia (SSD) che inseriscono questo importante e vitale aspetto del *lifestyle* nel loro iter terapeutico.

Lo studio è stato condotto fra tutti i soci iscritti alla Società Italiana di Diabetologia (SID) e all'Associazione Medici Diabetologi (AMD) mediante la compilazione di un questionario con l'obiettivo di creare, attraverso una pianificazione di attività strutturate e supervisionate, linee guida semplici, pratiche e condivisibili.

Le difficoltà emerse nelle SSD per mettere in pratica

programmi di attività fisica potrebbero così indurre il GAF a intervenire per individuare nel territorio spazi attrezzati e per realizzare iniziative di sensibilizzazione che inducano i vertici istituzionali a meglio articolare le attività sanitarie diabetologiche. Indispensabile in questo contesto l'attività di supporto dei Comitati Regionali.

A tal proposito, Mario Vasta è stato nominato supervisore dei Comitati Regionali.

Tra le attività patrocinate dal GAF nel biennio:

- *Master Course* sulla "Triade del controllo metabolico, Attività Fisica, Nutrizione e Terapia", tradizionale appuntamento annuale del Centro Studi e Ricerche per l'Attività Motoria nel Diabete di Catania che ha riunito a Taormina dal 12 al 14 marzo i maggiori cultori dell'argomento a livello nazionale.
- Barometro su Diabete e Attività Fisica in Italia (seconda edizione).

Figura **Mapa delle SSD in cui si effettua attività fisica strutturata**



Figura Gruppo "Taormina Diabete"



- Global Forum di Villasimius: il giusto mix di scienza, formazione, sport e... amicizia, organizzato dall'ANIAD.
- "Un passo dietro l'altro.... da un mare all'altro" per diabetici tipo 2 che, insieme all'*équipe* di operatori sanitari del C.U.R.I.A.MO. di Perugia, sono partiti dal mare Adriatico (Ancona) per arrivare al mare Tirreno (Talamone). Con tappe di circa 25 km al giorno, sono stati percorsi in totale 370 Km in 15 giorni.
- "Etnatrek 2010", scalata ai crateri sommitali dell'Etna per diabetici tipo 1 (luglio 2010).
- "14000 passi per combattere il diabete", appuntamento che da quattro anni si svolge a Verona la prima domenica di giugno.
- *Fitwalking Freedom League*, iniziativa nazionale di cammino in salute da introdurre come pratica sistematizzata nella terapia del diabete.

Si pone ora il problema di allargare la base di lavoro e gli orizzonti del gruppo, inserendo la pratica dell'attività fisica nel panorama più vasto delle modificazioni dello stile di vita per giungere a comportamenti efficaci per la salute in soggetti con diabete tipo 2.

Per questo, tra le iniziative del prossimo biennio 2010-2012, vi sarà la realizzazione di uno studio osservazionale sulla propensione al cambiamento, per il quale verrà chiesta la partecipazione non soltanto dei componenti del gruppo, ma di tutti i soci AMD-SID interessati a implementare strategie comportamentali per la cura dei loro pazienti. La capacità e la propensione della persona con diabete a rispondere positiva-

mente alle sollecitazioni degli operatori a iniziare un percorso di attività fisica e di controllo dell'alimentazione rimangono, infatti, i punti cardinali dai quali partire per ottenere risultati stabili. Il protocollo di studio e la scelta dei questionari da utilizzare sono in fase di preparazione; il protocollo verrà proposto inizialmente al Comitato Etico dell'Azienda Sant'Orsola-Malpighi di Bologna, per poi essere esteso a tutti coloro che vorranno partecipare.

Lungo la stessa linea, si cercheranno di sviluppare corsi di formazione sulla terapia comportamentale in campo diabetologico per sensibilizzare gli operatori sull'importanza dell'educazione strutturata come momento terapeutico nella malattia diabetica. Perché non pensare di proporre lo stesso questionario sulla propensione al cambiamento anche agli operatori, considerando che promuovere un efficace cambiamento nei pazienti dipende anche da quanto gli operatori ritengono utile per loro stessi comportamenti salutari nel campo dell'attività fisica e dell'alimentazione?

Tutto questo non dovrà togliere spazio alle attività di punta elencate sopra e sviluppate negli anni scorsi che attraverso il forte impatto mediatico hanno permesso di avvicinare tante persone alla pratica sportiva per la salute in campo sanitario. Obiettivi ambiziosi da realizzare con il supporto di tutti.

Maurizio Di Mauro
Giulio Marchesini