



teorema consulting & CO.

TEOREMA CONSULTING & CO SRL

sede legale

via valesana,9

84083 castel san giorgio (sa)

p. iva 05405670653

tel. 331 1347879 fax 0810112905

info@teoremaconsulting.it

www.teoremaconsulting.it

**Diabete Sempre in Marcia**  
**Hotel Valle dell'Oro- Pescasseroli (AQ)**  
**8-11 settembre 2022**

**RAZIONALE E OBIETTIVI DEL PROGETTO:**

L'associazione D-PROJECT APS (Associazione di Promozione Sociale tra Persone con Diabete Mellito, che opera sul territorio dei Castelli Romani) è sorta nel 2007 e nel corso degli anni ha organizzato e realizzato numerosi eventi di educazione terapeutica per la formazione della persona con diabete, all'insegna del binomio gestione della terapia - attività fisica. Tali eventi sono stati patrocinati dalla ASL Roma 6, con la quale D-PROJECT ha sottoscritto un "Protocollo di Intesa". D-PROJECT ha inoltre partecipato, con i propri iscritti, ad attività formative promosse da altre organizzazioni, quali "Diabete e Atletica" (promosso da ACSI Campidoglio Palatino) e varie edizioni del "Trekking dei Monti Lucretili" (promosse dal Com.E.T. e coordinate dal diabetologo Prof. Aldo Maldonato).

**Denominazione del Progetto:**

Tra le finalità stabilite nello Statuto di D-PROJECT APS vi è quella di organizzare incontri di educazione terapeutica residenziali per promuovere l'attività fisica, per migliorare il rapporto della cura di sé nel binomio diabete - attività fisica e la qualità della vita. A tale scopo l'associazione intende organizzare, durante il mese di settembre 2022, una nuova edizione dell'evento denominato "Diabete Sempre in Marcia", con un Mini-trekking di tre giorni in Abruzzo.

Target dei Partecipanti Preferenzialmente persone con DM T1, con o senza microinfusore, maggiorenni, in cura presso i Poli di Diabetologia della ASL Roma 6.

**Obiettivi Educativi :**

- promuovere la consapevolezza dei benefici dell'attività fisica come sano stile di vita e nella cura del diabete;
- aumentare la capacità della corretta gestione autonoma del diabete attraverso l'adattamento della terapia (insulina, alimentazione) a un'esperienza di attività fisica aerobica intensa e prolungata;
  - sperimentare, attraverso la flessibilità "ragionata e continua" delle modifiche istantanee dell'insulina, come prevenire ed evitare l'ipoglicemia durante l'attività fisica intensa;
  - sperimentare in particolare la gestione diretta del microinfusore secondo modalità avanzate;
- approfondire la conoscenza sul calcolo dei carboidrati;
- promuovere l'autostima e l'auto-efficacia dei partecipanti dimostrando, a se stessi e agli altri, che il diabete non limita i progetti ambiziosi né la realizzazione delle proprie passioni;
  - fare dell'esperienza vissuta durante il viaggio un'opportunità di apprendimento e rielaborazione della propria storia con il diabete, attraverso un lavoro in gruppo di narrazione e scrittura di sé.

**Obiettivi Clinici :**

- approfondire attraverso la lettura e l'analisi dei profili glicemici (studio delle metriche) pre (3 giorni), durante e post (3 giorni) evento come il microinfusore in manuale o in semi automatismo mantenga i valori nel range glicemico stabilito per la persona e si possa evitare l'ipoglicemia durante l'attività fisica aerobica duratura che risulta tuttora il maggiore ostacolo allo svolgimento;



TEOREMA CONSULTING & CO SRL

sede legale

via valesana,9

84083 castel san giorgio (sa)

p. iva 05405670653

tel. 331 1347879 fax 0810112905

info@teoremaconsulting.it

www.teoremaconsulting.it

## teorema consulting & CO.

- sperimentare e apprendere la gestione diretta del microinfusore “sul campo” secondo modalità avanzate suggerite dal contesto e dalla persona;
- approfondire e riferire come l'intervento e il corretto calcolo e uso dei carboidrati (grammatura degli introiti alimentari) sia modulabile al fine di evitare ipo o iperglicemia durante l'attività fisica.

### PROGRAMMA

#### Giovedì 8 settembre

18.00 Raduno dei partecipanti presso **HOTEL VALLE DELL'ORO**

18.30 Incontro educativo

Presentazione delle giornate e del gruppo

Motivazioni e aspettative dei partecipanti

Il viaggio a piedi per raccontare il diabete

**A cura delle dott.sse: Donatella Bloise-Natalia Piana**

20.00 Cena

#### Venerdì 9 settembre – Val Fondillo - Monte Amaro [F1 Km. 10]

7,45 Colazione e ritiro sacchetti pic-nic

8.30 Inizio prima tappa Trekking

16.00 Ritorno in Hotel

18.00 Incontro educativo

Ricordi significativi della giornata

Salite e discese con il diabete (iperglicemia-ipoglicemia/difficoltà-risorse)

**A cura delle dott.sse: Donatella Bloise-Natalia Piana**

20.00 Cena e relax

#### Sabato 10 settembre – Fonte la Difesa - Monte Tranquillo [C3 Km. 15]

7.45 Colazione e ritiro sacchetti pic-nic



TEOREMA CONSULTING & CO SRL

sede legale

via valesana,9

84083 castel san giorgio (sa)

p. iva 05405670653

tel. 331 1347879 fax 0810112905

info@teoremaconsulting.it

www.teoremaconsulting.it

**teorema consulting & CO.**

8.30 Inizio seconda tappa

16.00 Rientro in Hotel

18.00 Incontro educativo

Il monitoraggio glicemico e le nuove tecnologie

**A cura delle dott.sse: Donatella Bloise-Natalia Piana**

20.00 Cena e relax

**Domenica 11 settembre – Forca d'Acero - Macchiarvana [P2 Km. 5]**

7.45 Colazione

8.30 Inizio terza tappa

12.00 Ritorno in Hotel

13.30 Pranzo in Hotel

14.30 Incontro conclusivo

Il senso del camminare nella cura di sé (e del diabete)

**A cura delle dott.sse: Donatella Bloise-Natalia Piana**