

## **OPPORTUNITY, ESPERIENZA FORMATIVA PER GIOVANI CON DIABETE DI TIPO 1**

**DAL 25 AL 27 SETTEMBRE PRESSO LA STRUTTURA CAPO CAMP SURFING DI SA ROCCA TUNDA**

**ALLA SCOPERTA DEI BENEFICI DERIVANTI DA CORRETTI STILI DI VITA E ATTIVITA' SPORTIVA**

Opportunity, questo il titolo di un progetto arrivato alla terza edizione dedicato a ragazzi con diabete di tipo 1, che si è svolto nello scorso fine settimana, dal 25 al 27 settembre presso il Capo Camp di Sa Rocca Tunda in località San vero Milis.

L'organizzazione, a cura del Servizio di Diabetologia della ASL 5 di Oristano e dell' A.N.I.A.D. Sardegna (Associazione Nazionale Italiana Atleti Diabetici), che collabora da anni in maniera attiva e solidale, nasce con l'intento di creare iniziative rivolte all'educazione terapeutica a tutto tondo delle persone con diabete con il fine di accrescerne e migliorarne il livello delle competenze e della qualità della vita.

La corretta informazione e formazione delle persone affette da malattie croniche come il diabete appunto, è il vero valore aggiunto e la principale arma per una cura sostenibile e per una reale prevenzione delle complicanze. Accrescere e migliorare lo stato di salute dei pazienti diabetici oltre ad avere un impatto positivo sugli stessi determina infatti una ricaduta notevole sulle auspicabili economie in ambito sanitario, condizione quest'ultima sempre di grande attualità e che rappresenta una preoccupazione non solo per chi ha responsabilità amministrative ma anche per i diretti interessati e le loro famiglie.

Nella nostra Regione già duramente colpita dall'incidenza della malattia, si stima infatti siano affette da diabete di tipo 1 e 2 circa 80.000 sardi, e nella fascia di età 0 – 30 anni per incidenza del diabete di tipo 1 siamo secondi a livello mondiale solo alla Finlandia, appare del tutto evidente che non potendo incidere sul numero dei nuovi casi che ogni anno vengono alla luce, diventa indispensabile saper controllare da parte dei sanitari e dei pazienti gli effetti negativi che possono manifestarsi dopo anni di malattia.

L'esperienza formativa svolta, aveva l'obiettivo di trasmettere ai partecipanti nuove consapevolezza e strumenti in merito alla gestione del diabete secondo una procedura oramai consolidata e vincente meglio conosciuta come autocontrollo.

Specificatamente sono stati affrontati i temi di una corretta alimentazione e stile di vita coniugati dall'imprescindibile binomio che sul fronte della cura rappresenta un altro importante tassello, ovvero la capacità di stabilire autonomamente dosi e modalità di somministrazione dei farmaci e l'importanza di una costante attività fisica finalmente riscoperta come reale arma di prevenzione e cura.

Su quest'ultimo versante i partecipanti hanno potuto cimentarsi e sperimentare alcune discipline sportive svolgendo sotto la direzione di istruttori certificati, sessioni di vela, sup e di brazilian ju-jitsu .

Non meno importante ed accattivante la parte del corso costruita sui presupposti della Medicina Narrativa. Gli aspetti emozionali rappresentano infatti proprio nel contesto delle malattie croniche un elemento fondamentale nei moderni percorsi di cura verso i quali un sistema sanitario attento non può non tenere conto.

Hanno partecipato al corso 18 pazienti e 5 Sanitari del Servizio di Diabetologia della ASL 5.

Marcello Grussu