

a cura di



 **DIPARTIMENTO**
MALATTIE CARDIOVASCOLARI,
ENDOCRINO-METABOLICHE
E INVECCHIAMENTO

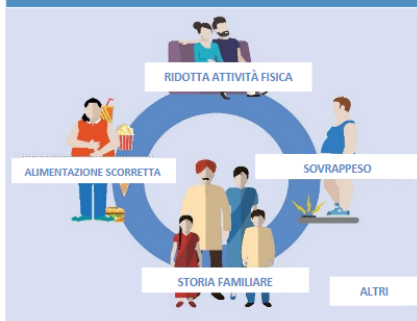
 Co-funded by
the European Union

FATTI e CIFRE

Le **malattie non trasmissibili (MNT)** come il Diabete di tipo 2 (T2D), rappresentano la principale causa di disabilità, cattivo stato di salute, pensionamento per motivi di salute e morte prematura nell'Unione Europea (UE), con un considerevole impatto sociale ed economico.

Il **Diabete Mellito (DM)** è una malattia metabolica cronica caratterizzata da elevati valori di glucosio nel sangue. I diversi tipi di diabete originano da difetti dell'insulina (l'ormone che regola i livelli di zucchero) in termini di secrezione, funzione, o entrambi. Il **T2D rappresenta la forma più diffusa di diabete, con oltre il 90% dei casi**. Generalmente compare in età adulta, anche se recentemente la sua prevalenza nelle popolazioni più giovani è andata aumentando. Secondo l'International Diabetes Foundation (IDF), nel 2021 circa **537 milioni di adulti** (20-79 anni) vivevano con il diabete nel mondo, di cui **circa 60 milioni in Europa**.

T2D: Fattori di Rischio



Obiettivo generale di C4D

Ridurre il carico delle MNT e dei loro fattori di rischio attraverso un intervento multidisciplinare sullo stile di vita per cittadini europei con T2D.

In Europa la prevalenza del T2D è in aumento, a causa dell'aumento di sovrappeso e obesità, alimentazione scorretta, invecchiamento e inattività fisica. Care4Diabetes (C4D) intende supportare gli sforzi degli Stati membri per ridurre il numero di pazienti e gli alti costi a carico dei governi.

C4D: OBIETTIVI SPECIFICI

- 🔥 Migliorare la capacità degli Stati membri nel pianificare ed attuare trattamenti efficaci per il cambiamento dello stile di vita e programmi di addestramento rivolti agli individui con T2D, attraverso la condivisione di conoscenza ed esperienza.
- 🔥 Migliorare i sistemi di raccolta e monitoraggio.
- 🔥 Migliorare, in specifici gruppi "bersaglio" di individui con T2D, conoscenza e consapevolezza di patologie correlate e prevenzione.
- 🔥 Migliorare conoscenze e capacità dei professionisti sanitari.



1 su 10 è
obeso



1 su 3 è in
sovrappeso



C4D
Joint Action to
Reverse Diabetes

12 Paesi Europei e 30 Partner lavoreranno insieme per migliorare e promuovere la salute negli Stati membri riducendo il carico del Diabete di Tipo 2.

Acronimo del progetto: **Care4Diabetes**

Durata del progetto: 36 mesi
1 Febbraio 2023 - 31 Gennaio 2026

Granting Authority: European Health and Digital Executive Agency (HADEA).
Funded by the European Union (EU).
GA No: 101082427.



Co-funded by the
European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Health and Digital Executive Agency (HADEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

<https://c4djointaction.eu>

OBIETTIVI DEL PROGRAMMA C4D-ITALIA

1. Obiettivo generale
2. Creare consapevolezza
3. Motivare al cambiamento
4. Agire sui fattori di rischio
5. Obiettivi per il partecipante
6. Obiettivi per la sostenibilità del programma in Italia
7. Obiettivi per la sostenibilità del programma in EU

Focus sulle complicanze agli arti inferiori (piede diabetico)

1. OBIETTIVO GENERALE

ridurre il carico, su pazienti, familiari, e servizi sanitari, delle malattie non trasmissibili e dei relativi fattori di rischio

partendo da dove?

60M in 2021!



dal Diabete di Tipo 2, in continuo aumento in Europa, anche a causa dell'aumento di sovrappeso e obesità, alimentazione inappropriata, invecchiamento e inattività fisica

1 su 10



come?

fornendo un **intervento di trattamento multidisciplinare sullo stile di vita**

per produrre cosa?

“strumenti” (**evidenze**, buone pratiche, raccomandazioni, linee guida) per sostenere gli sforzi degli Stati membri dell'UE volti a ridurre il numero di pazienti e gli elevati costi sostenuti dai governi

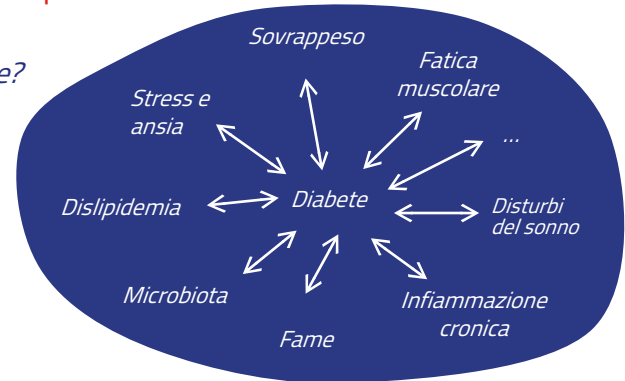
focus sulle complicanze agli arti inferiori (piede diabetico)

2. CREARE CONSAPEVOLEZZA

fornire al paziente con Diabete di Tipo 2 gli strumenti necessari per acquisire la necessaria **consapevolezza** sulla malattia, le sue possibili complicanze, l'impatto sullo stato di salute, sul benessere psico-fisico, sulla qualità di vita

partendo da dove?

dall'approfondire la **conoscenza** della fisiopatologia del Diabete e delle interazioni tra Diabete e organi, apparati e funzioni



come?

fornendo informazioni e spunti di riflessione per generare nuove risposte: «hai mai associato l'avere il Diabete con l'insonnia/il malfunzionamento intestinale/la fatica fisica/lo stress....?»

per produrre cosa?

determinare una solida base di **conoscenza e consapevolezza** per non sottovalutare più l'impatto del Diabete e delle sue complicanze, e per supportare un significativo cambiamento degli stili di vita

focus sulle complicanze agli arti inferiori (piede diabetico)

3. MOTIVARE AL CAMBIAMENTO

fornire al paziente con Diabete di Tipo 2 elementi convincenti per sviluppare o aumentare la **motivazione al cambiamento**, anche significativo, **dello stile di vita**

partendo da dove?

- dalla **consapevolezza** dell'impatto del diabete e dei vantaggi che deriverebbero da una sua migliore gestione
- dalla **conoscenza** dei fattori di rischio e dalla "modificabilità" di alcuni di essi

T2D: Fattori di Rischio



come?

- secondo un approccio di «team building», in cui **il gruppo** mitiga le incertezze e i temporanei fallimenti individuali ed esalta gli obiettivi comuni;
- trasmettendo il concetto del «cambiamento delle abitudini quotidiane come un **investimento sull'aspettativa di vita**»

per produrre cosa?

motivazione individuale e collettiva, necessaria a non abbandonare il programma alle prime difficoltà, a mantenere il nuovo stile di vita oltre il termine del programma, a contribuire alla disseminazione della buona pratica

4. AGIRE SUI FATTORI DI RISCHIO

fornire al paziente con Diabete di Tipo 2 gli strumenti e il supporto per attuare il graduale cambiamento delle proprie abitudini in relazione ai **4 pilastri del benessere** (nutrizione, esercizio fisico, rilassamento e sonno)

partendo da dove?

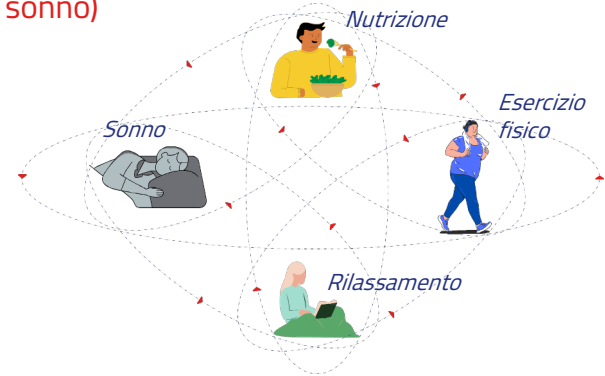
dall'approccio della Best Practice
"ReverseDiabetes2Now"

come?

- creando e formando il **Team multidisciplinare**;
- sviluppando il **programma e i contenuti** ispirati alla Best Practice «ReverseDiabetes2Now», debitamente integrati e adattati al contesto italiano
- sviluppando la **piattaforma digitale** per l'erogazione del programma

per produrre cosa?

sviluppare nel paziente con Diabete di Tipo 2 **nuove conoscenze e competenze**, l'adozione di **nuove abitudini quotidiane**, e le abilità necessarie per il mantenimento a lungo termine delle stesse, in autonomia



focus sulle complicanze agli arti inferiori (piede diabetico)

5. OBIETTIVI PER IL PARTECIPANTE

ridurre l'impatto del Diabete di Tipo 2 e prevenire o ritardare l'insorgenza delle sue complicanze

partendo da dove?

dalla **riduzione dei fattori di rischio** correlati a nutrizione, esercizio fisico, rilassamento e igiene del sonno

come?

- **partecipando alle attività** e alla community della piattaforma digitale sviluppata per l'erogazione del programma, monitorando su di essa gli andamenti dei principali indicatori del cambiamento, ed utilizzandone i contenuti
- apprendendo e **adottando l'approccio del programma C4D**, e mantenendolo a lungo termine, autonomamente

per produrre cosa?

una **migliore gestione del diabete**, possibilmente associata ad uno o più dei seguenti effetti:
riduzione del sovrappeso o dell'obesità; riduzione della terapia farmacologica; aumento dell'esercizio fisico; miglioramento della qualità del sonno e della qualità di vita; prevenzione o attenuazione delle complicanze del diabete

focus sulle complicanze agli arti inferiori (piede diabetico)

6. OBIETTIVI PER LA SOSTENIBILITA' DELLA BUONA PRATICA C4D IN ITALIA

dimostrare l'utilità del programma e delineare possibili **strategie per sua sostenibilità** al termine della Joint Action che lo ha finanziato

partendo da dove?

dalla **valutazione degli esiti** dello studio pilota condotto nel programma C4D-Italia

come?

- analizzando i vari domini e attori coinvolti: **indicatori clinici e di aderenza** a livello del paziente; indicatori di **funzionalità e scalabilità** a livello della piattaforma digitale; **indicatori di costo** a livello dell'intero programma
- identificando gli elementi sviluppati nel programma C4D e utilizzabili (eventualmente a seguito di adattamenti/integrazioni) oltre il programma stesso, tra cui l'architettura della **piattaforma digitale**, i suoi **contenuti**, le **conoscenze e competenze** specifiche sviluppate dal Team Multidisciplinare

per produrre cosa?

proposte di roadmap e strategie di attuazione, in contesti sanitari regionali e/o nazionali, di programmi analoghi al programma pilota C4D-Italia

7. OBIETTIVI PER LA SOSTENIBILITA' DELLA BUONA PRATICA C4D IN UE

dimostrare l'utilità del programma e delineare possibili **strategie per sua sostenibilità** a livello di Unione Europea al termine della Joint Action C4D che lo ha finanziato

partendo da dove?

dalla **valutazione degli esiti complessivi** degli studi pilota condotti nei Paesi partecipanti alla Joint Action C4D

come?

- analizzando i vari domini e attori coinvolti: **indicatori clinici e di aderenza** a livello del paziente; indicatori di **funzionalità e scalabilità** a livello della piattaforma digitale; **indicatori di costo** a livello dell'intero programma
- identificando gli elementi sviluppati nel programma C4D e utilizzabili (eventualmente a seguito di adattamenti/integrazioni) oltre il programma stesso, tra cui l'architettura delle **piattaforme digitali**, i loro **contenuti**, le **conoscenze e competenze** specifiche sviluppate dai Team Multidisciplinari

per produrre cosa?

proposte di roadmap e strategie di attuazione, in contesti sanitari regionali e/o nazionali, di programmi ispirati ai programmi pilota della Joint Action C4D

IL PROGRAMMA C4D-ITALIA IN CIFRE



- 60 partecipanti (T2, 40-70 anni)
- 2 cicli (20 + 40)
- Round A: gen 2024 – gen 2025
- Round B: ott 2024 – ott 2025

Round A

- fase intensiva: gen – lug 2024
- follow-up: lug 2024 – gen 2025

Round B

- fase intensiva : ott 2024 – apr 2025
- follow-up : mag – ott 2025

focus sulle complicanze agli arti inferiori (piede diabetico)



Se hai: diabete di tipo 2 da almeno 1 anno (e non più di 10); età tra 40 e 70 anni; BMI tra 25 e 35kg/m² e sei seguito in uno dei centri proponenti...

PARTECIPA AL PROGRAMMA C4D-Italia

per migliorare la gestione del tuo diabete e la tua qualità di vita attraverso cambiamenti di comportamenti e abitudini



NUTRIZIONE SANA ED EQUILIBRATA

L'approccio alimentare proposto si basa su evidenze scientifiche e sull'esperienza del team. L'obiettivo è sviluppare consapevolezza e adottare abitudini alimentari appropriate per contrastare il diabete.

ATTIVITÀ FISICA

Anche se moderata è, insieme alla nutrizione, una delle armi migliori per contrastare il diabete. Il programma fornisce motivazioni e suggerimenti per muoversi meglio e di più.

RIPOSO NOTTURNO

Esiste un legame importante tra qualità del sonno e diabete. Il programma condivide informazioni e consigli per migliorare il riposo notturno.

RILASSAMENTO

Lo stress incide negativamente non solo sul benessere ma anche sul diabete. Il programma offre approfondimenti e attività per migliorare la gestione dello stress.

I PILASTRI DEL BENESSERE



Il programma, che si basa sulla Buona Pratica Europea riconosciuta «ReverseDiabetes2Now» (<https://webgate.ec.europa.eu/dyna/bp-portal/best-practice/391>), sarà svolto in 12 Paesi Europei contemporaneamente e coinvolgerà 860 persone con diabete di tipo 2 (<https://c4djointaction.eu/>).

Il percorso durerà un anno e prevederà quattro giorni in presenza e l'uso di una piattaforma digitale con informazioni, suggerimenti, raccomandazioni e interessanti attività online. Oltre al tuo diabetologo, ti seguirà un team multidisciplinare di esperti.

C4D-Italia: PRENDIAMOCI CURA DEL DIABETE DI TIPO 2



Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

The project CARE4DIABETES has received funding from the European Commission under GA 101002437

Enti coinvolti nel Progetto C4D-Italia:

Istituto Superiore di Sanità (ISS): Ente Beneficiario; Azienda Ospedaliero-Universitaria Pisana (AOUP): Unità Clinica Affiliata; Azienda Sanitaria Locale ROMA2 (ASLROMA2): Unità Clinica Affiliata; Fondazione Policlinico Universitario Agostino Gemelli (FPG): Unità Clinica Affiliata

Team Multidisciplinare del Progetto C4D-Italia:

Claudia Giacomozzi (Responsabile Scientifico del Progetto), Rosa Asprino, Marta Barbalace, Rocco Bulzomì, Angelo Emilio Claro, Federica Conenna, Francesco Giangreco, Elisabetta Iacopi, Marco Mancuso, Sara Monte, Alberto Piaggese, Dario Pitocco

Il Progetto C4D-Italia è parte del Progetto Europeo Joint Action CARE4DIABETES (C4D) (link: <https://c4djointaction.eu/>), finanziato dalla Commissione Europea in base al Grant Agreement GA 101082427

Il materiale riportato nel presente opuscolo è stato sviluppato nell'ambito del Progetto C4D-Italia dal Team Multidisciplinare del Progetto, traendo ispirazione dal materiale reso disponibile nell'ambito del Progetto stesso dalla ONG Voeding Leeft, detentrica della Best Practice «ReverseDiabetesTwoNow» su cui si fonda l'intero Progetto C4D.

Per approfondimenti sul tema:

<https://c4d.iss.it/>; <https://reversediabetes2now.com/>;

stampato: gennaio 2025

