



COMUNE
di PISTOIA

Piazza del Duomo 1 - 51100 Pistoia
Numero verde 800-012146
Tel. 05733711 - Fax 0573371289 C.F. e P.Iva 00108690470

Giornata mondiale del diabete, le iniziative per la prevenzione e la cura



In occasione della **Giornata mondiale del diabete**, che ricorre ogni anno il 14 novembre, sono in programma, per tutto il mese di novembre, iniziative di informazione, sensibilizzazione sull'importanza dei corretti stili di vita per prevenire l'insorgenza della malattia, ma anche controlli gratuiti di glicemia, pressione arteriosa, incontri nelle farmacie pubbliche e private.

Il Comune di Pistoia, su proposta dell'Associazione Diabetici Pistoiesi e in collaborazione con Società della Salute Pistoiese, Unità operativa diabetologia area pistoiese, Far.com (la società che gestisce le farmacie comunali di Pistoia, Agliana, Quarrata e Larciano), Federfarma Pistoia (l'Associazione Sindacale Titolari di farmacie private della provincia), Caritas, Coop di Pistoia, Circolo Bugiani e Polisportiva Bonelle di Pistoia, ha realizzato un nutrito programma di appuntamenti.

Nella provincia di Pistoia sono circa 15.000, con la tendenza all'aumento, **i pazienti diabetici**. Il diabete non colpisce soltanto gli anziani: ogni giorno, nel mondo, circa 200 bambini sviluppano questa patologia e un numero sempre più grande di adulti ne soffre. Un italiano su dodici ha il diabete o è a rischio di averlo, e non sempre lo sa. È infatti possibile avere il diabete per anni senza accorgersene. Il diabete è anche un fattore di rischio importante per le malattie cardiovascolari e per altre patologie a carico degli occhi, reni e del sistema nervoso e a livello degli arti inferiori (piede diabetico). Chi ne è affetto riscontra un netto peggioramento della qualità della vita ed è spesso soggetto al rischio di frequenti ricoveri ospedalieri e gravi disabilità.

*“Quella messa in campo – chiarisce il vicesindaco e assessore alle politiche di inclusione sociale del Comune **Anna Maria Celesti** - è una iniziativa che coinvolge in maniera sinergica tutti i principali attori della sfera socio sanitaria, le istituzioni, le associazioni e le farmacie pubbliche e private capillarmente diffuse sul territorio, allo scopo di fare uno screening gratuito a quanti più cittadini possibile, nella convinzione che uno stile di vita sano rappresenti la migliore prevenzione. Una corretta alimentazione, regolare attività fisica finalizzata alla perdita del peso in eccesso, comprensione del rischio, sono le misure basilari da tenere sotto controllo costante. Una giusta comprensione del rischio diabete e la conseguente motivazione ad evitarlo sono i capisaldi della prevenzione della malattia diabetica. Infine il coinvolgimento della Caritas e dei centri anziani ha come obiettivo quello di avvicinare la popolazione più fragile e disagiata, spesso tagliata fuori dai percorsi ordinari di prevenzione”.*

Istituita nel 1991 dall'International diabetes federation insieme all'Organizzazione mondiale della sanità, dal 2002 in Italia la Giornata mondiale del diabete viene coordinata da Diabete Italia, anche tramite le Associazioni Diabetici territoriali, per informare l'opinione pubblica sulla malattia e sui metodi per prevenirla e gestirla.

*“La giornata mondiale del diabete – dichiara il direttore di Diabetologia dell'Ospedale San Jacopo **Roberto Anichini** -*

vuole ogni anno mantenere viva l'attenzione di tutte le istituzioni pubbliche e private e di tutta la popolazione su una patologia capace di modificare pesantemente la qualità e l'aspettativa di vita dei cittadini affetti. Affinché questa 'celebrazione' non perda il suo effetto informativo ed educativo è necessario ricordare a tutti alcune crude affermazioni. Questa malattia è una vera e propria emergenza sanitaria del terzo millennio: in Italia più di 4 milioni di persone hanno il diabete e circa un terzo ha la malattia e non sa di averla; quindi il diabete come vero e proprio Tsunami inarrestabile in tutto il mondo. E' impressionante - ricorda **Anichini** - che causa più morti il diabete e le sue complicanze ogni anno che le stesse patologie neoplastiche (su cui si concentra l'attenzione di tutti): il 21 % di tutte le morti per cardiopatia ischemica, il 13% di ictus cerebrale sono dovute al diabete, ogni anno più del 50% dei pazienti che iniziano una dialisi per problemi renali sono diabetici e più del 60% di tutte le amputazioni di gamba sono effettuate nei diabetici. Questi dati ci indicano che dobbiamo fortemente rafforzare le iniziative per prevenire questa patologia, lanciando il messaggio che può essere affrontata con successo e curata con efficacia.

Il primo aspetto – continua il direttore di Diabetologia - è la prevenzione: il diabete si può prevenire e ridurre le complicanze al minimo. Bisogna intervenire evitando il sovrappeso, l'obesità e il fumo, modificando il proprio stile di vita, soprattutto se siamo a rischio o se in famiglia abbiamo un diabetico, potremmo enfatizzare il concetto con l'affermazione che la prevenzione passa e cioè ogni giorno due forchettate in meno e quattro passi in più. E' necessario riconoscere il diabete fin dall'inizio (diagnosi precoce): il diabete dell'adulto può restare non diagnosticato per anni e questo ritardo causare danni molto gravi (diagnosi solo al primo evento).

*Oggi il messaggio positivo è che vi sono approcci terapeutici che possono cambiare la storia naturale di questa patologia: la diagnosi precoce un cambiamento effettivo delle stile di vita con l'uso di terapie, fin dalla diagnosi, innovative ed aggressive possono tenere sotto controllo il diabete e le sue complicanze, prospettando una vita serena a tutti i pazienti e alle loro famiglie. Quindi - conclude **Anichini** - controllo annuale della glicemia almeno una volta all'anno nei cittadini a rischio, diagnosi precoce per riconoscere il diabete fin dall'inizio e terapia aggressiva e controllo continuo nel tempo. Prevenire, conoscere, non sottovalutazione dell'iperglicemia, trattamento aggressivo fin dalla diagnosi per cambiare la storia naturale del diabete e delle sue complicanze".*

Ecco in dettaglio gli appuntamenti.

Sabato 3 e 24 novembre dalle ore 9 alle 12 nella farmacia comunale n. 1 in viale Adua a Pistoia, i volontari dell'Associazione Diabetici Pistoiesi e i farmacisti svolgeranno attività di informazione sulla prevenzione e cura del diabete.

Da lunedì 12 a sabato 17 novembre nelle farmacie comunali Farcom (Pistoia, Agliana, Quarrata e Larciano, per info telefono 0573-358597) e in molte farmacie private della provincia di Pistoia (per info telefono 0573-24202) i cittadini potranno valutare il proprio rischio diabete mediante un semplice questionario e avranno la possibilità di controllare gratuitamente la pressione arteriosa, misurare la glicemia e ricevere informazioni sulla prevenzione.

Da lunedì 26 a venerdì 30 novembre le farmacie comunali metteranno a disposizione un farmacista che si dedicherà all'attività di prevenzione nei centri Caritas di Pistoia, Agliana e Quarrata e nelle sedi del centro anziani di Fornaci, Bonelle e del centro storico.

Dal 10 al 18 novembre, durante le ore serali e notturne, le logge del Palazzo comunale saranno illuminate di azzurro - colore simbolo della lotta al diabete - come in tutte le città del mondo che aderiscono all'iniziativa.

Mercoledì 14 novembre dalle 9 alle 12 e dalle 16 alle 19 e **venerdì 16 novembre** dalle 9 alle 12 e **sabato 17 novembre** dalle 16 alle 19 presso la Coop di Pistoia in viale Adua saranno distribuiti gratuitamente materiali informativi. Inoltre i pazienti esperti dell'Associazione Diabetici Pistoiesi misureranno la glicemia a tutti.

Sabato 17 novembre dalle ore 8 alle 13 in via Cavour, angolo Palazzo Baly, in centro a Pistoia distribuzione gratuita di materiali informative misurazione della glicemia a tutti.

Domenica 18 novembre è in programma la gara podistica e camminata ludico-motoria di 3, 7 e mezzo e 13 chilometri. L'iniziativa è in collaborazione con il Circolo Bugiani di Pistoia e Polisportiva Bonelle. Per ulteriori informazioni contattare il Circolo Bugiani allo 0573-32904.

Nella foto, scattata in occasione della conferenza stampa di presentazione del programma pistoiese della Giornata mondiale del diabete, da sinistra il direttore di Diabetologia dell'ospedale San Jacopo di Pistoia **Roberto Anichini**, il consigliere dell'Associazione Diabetici Pistoiesi **Carla Valeria Contini**, il presidente dell'Associazione Diabetici Pistoiesi **Antonio Mazzinghi**, la vicesindaco e assessore alle politiche di inclusione sociale del Comune di Pistoia **Anna Maria Celesti**, il presidente di Federfarma Pistoia **Sandra Palandri**, per l'Associazione Diabetici Pistoiesi **Loriana Caroli**, il presidente di Farcom **Alessio Poli**, il presidente dell'ordine dei farmacisti **Andrea Giacomelli** e in rappresentanza di Caritas Pistoia **Debora Briganti**.