



# DIABETE SOMMERSO

Progetto Diabete Sommerso  
Corso di formazione Ventotene

## **La gestione del diabete negli sport acquatici: una sfida e un modello per l'ottimizzazione metabolica nella vita quotidiana**

*Intervento di formazione di gruppo  
per persone con diabete, diabetologi, istruttori*

**15/ 22 settembre**

**HOTEL ISOLABELLA  
VIA CALA ROSSANO 1  
04020 VENTOTENE (LT)  
T. 077185027  
[info@hotelisolabella.com](mailto:info@hotelisolabella.com)  
[www.hotelisolabella.com](http://www.hotelisolabella.com)**

## OBIETTIVO

L'obiettivo è:

- fornire conoscenze, produrre comportamenti e favorire atteggiamenti corretti per una ottimale gestione della malattia diabetica durante lo sport della subacquea, e in generale degli sport in acqua, in persone in terapia insulinica intensiva, favorendo il processo di accettazione della malattia.
- far conoscere e sperimentare al diabetologo un tipo di attività sportiva nella quale la prescrizione, la gestione ed il controllo della terapia insulinica assumono aspetti di particolare complessità, e in cui diversi aspetti del tradizionale rapporto medico-paziente richiedono una radicale reimpostazione.
- Informare e sensibilizzare gli istruttori su alcuni aspetti della gestione del diabete necessari per portare in acqua con sicurezza le persone con diabete

## DESTINATARI

Persone con diabete tipo 1 in trattamento insulinico, diabetologi, istruttori diving.

## PROGRAMMA GENERALE

Gli incontri si svolgono dal giorno lunedì 16 settembre, al 21 settembre; il giovedì e venerdì si prevede pausa nel pomeriggio (festa della patrona)

L'evento si articola in due momenti formativi giornalieri: il corso pratico per acquisire il brevetto OWD che si svolgerà dalle ore 9:00 alle ore 16:00 e la parte dedicata alla gestione della malattia diabetica durante le immersioni che si svolgerà dalle 18:00 alle 20:00.

## IL PROGRAMMA PER LA GESTIONE DEL DIABETE

Si prevedono quattro incontri informali, interattivi, basati sull'esperienza dei partecipanti e su quanto succede durante le giornate.

Gli argomenti che verranno discussi permetteranno alla persona con diabete di mantenere le glicemie entro i limiti previsti dal protocollo Diabete Sommerso

### 1. La terapia insulinica intensiva

Per immergersi la persona con diabete deve saper gestire la terapia insulinica, modificandola in funzione delle glicemie, dell'attività fisica, della alimentazione e mantenere le glicemie all'interno di una curva di sicurezza in modo da evitare ipo e iperglicemie.

### 2. UP and DOWN: l'ipo e l'iperglicemia

L'ipo e l'iperglicemie sono eventi che le persone con diabete ben conoscono: sono situazioni spesso impreviste e non sempre di facile gestione, la loro prevenzione e gestione sono indispensabili per affrontare la subacquea.

### 3. Dalla pasta alla pizza

L'alimentazione è parte importante per ogni attività fisica, conoscere i principi del conteggio dei carboidrati, gli alimenti per gestire le ipoglicemie, gli spuntini per affrontare l'attività fisica.

### 4. Incontro finale di verifica e conclusione del corso

La gestione dell'attività fisica: il protocollo diabete sommerso.

E' la riunione finale, si discuterà del protocollo attraverso l'esperienza di queste giornate.