

## L'energia, il segreto del benessere

Tariffa a regime libero- Poste italiane spedizione in A. P. 70% Autorizzazione DCB/RC/113/2005 valida dal 29/07/2005



### L'ESPERTO

IL DIABETE E IL RISCHIO  
CARDIOVASCOLARE

p. 6

### RICERCA & SALUTE

TANGO, SALSA E HIP HOP PER  
GESTIRE IL DIABETE

p. 12

### ALIMENTAZIONE

DIABETE, QUEL CHE CONTA E'  
SAPER MANGIARE

p. 20

# Perché ricevere solo un numero quando puoi avere anche informazioni utili?

Molte persone hanno affermato: "E' facile da usare e rende i risultati semplici da capire."<sup>1</sup>



Indicatore di intervallo con codice colore per valori glicemici inferiori, superiori o compresi nell'intervallo.

- Sopra l'intervallo
- Nell'intervallo
- Sotto l'intervallo

## Nuovo OneTouch® Verio®

**Più informazioni\* in un solo colpo d'occhio; non è necessario scorrere o premere pulsanti.**

Chiedi maggiori informazioni al tuo team diabetologico o visita il sito [www.LifeScan.it](http://www.LifeScan.it)  
Per assistenza tecnica contatta il servizio clienti LifeScan al numero verde 800-822000.

\*Più che un semplice numero.

1. Studio condotto nel 2012 nel Regno Unito e negli USA con 102 persone con diabete. LifeScan, dati in archivio.

© LifeScan, Division of Cilag GmbH International 2013 – AW 101 071A.

LifeScan Italia, Divisione della Johnson&Johnson Medical S.p.A. Via Chiese 74, IT-20126 Milano.

Lo strumento per la misurazione della glicemia OneTouch® Verio® è un dispositivo medico diagnostico *in vitro* CE. Le misurazioni devono essere eseguite nell'ambito del controllo medico.

Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso. Autorizzazione del 07/08/2013.

LSAD-0411-00.

**ONETOUCH®**

# Ricordi...



**A** volte guardare indietro nel cammino della tua vita, ti fa scoprire alcune buone abitudini messe da parte.

La mia 'tata' mi svegliava facendomi bere un bicchiere di acqua calda con limone, dicendomi bevi così crescerai in salute.

Ed è una sacrosanta verità.

In primis l'acqua assunta al risveglio trova un organismo riposato e quindi più recettivo per una buona idratazione.

La vitamina C contenuta nel limone, migliora le difese immunitarie, migliora il transito intestinale, è energizzante, elimina le tossine e migliora le funzioni epatiche.

Elimina, inoltre, i batteri che durante le ore notturne si affollano nella bocca ed è anche un buon antinfiammatorio e lotta contro lo stress e la depressione.

Il succo di limone ha un ruolo nella digestione dei nutrienti e diluito in acqua favorisce l'idratazione dei tessuti e l'eliminazione delle scorie. Regola la temperatura corporea e con la traspirazione rende più morbidi ed elastici i tessuti

Acqua e limone al risveglio sono un toccasana per iniziare la nostra giornata.

Consiglio antico per un moderno benessere. . . .

# Sommario



3



9



23



16



19



20



12/13

## L'EDITORIALE

3/ RICORDI...

## RICERCA & SALUTE

5/ TERAPIA ED ENERGIA,

LE ORIGINI DEL DEVICE F7

15/ TANGO, SALSA E HIP HOP,

UTILI A GESTIRE IL DIABETE

## PAROLA ALL'ESPERTO

6/ IL DIABETE E IL RISCHIO

CARDIOVASCOLARE

16/ DIABETE E ATTIVITÀ FISICA

## RICERCA

7/ VIBO: DISAGI PER PATENTE DIABETICI

## STILI DI VITA

8/ FILOSOFIA & DIABETE

19/ L'HOLTER GLICEMICO

## L'UNIVERSO DELLE STAR

9/ CHRIS DUDLEY E SUZANNE

GARDNER, IL CORAGGIO OLTRE

OGNI LIMITE

## LE RICETTE DI MARELLA

10/ CHITARRINE AL NERO DI

SEPPIA

## DIAPEBOOK

12/ "DIABETE A COLORI",

VINCE DANIELE SERRANÒ!

13/ BASKET. GIORGIA, "HO FATTO

CANESTRO AL... DIABETE!"

## ESPERIENZE DIABAINO

17/ A REGGIO CAL., CONVEGNO

FANDIABET&GIOVANI

## ALIMENTAZIONE

20 DIABETE, QUELLO CHE

CONTA È SAPER MANGIARE

## NEWS DAL MONDO

23/

- STRESS PSICOLOGICO

NELL'INFANZIA E DIABETE

- EMPAGLIFLOZIN RIMOBORSABILE

## Diabaino News

Periodico Quadrimestrale specializzato edito dall'associazione  
FAND CALABRIA Diabaino vip-vip dello Stretto  
Aut. Trib. Di Reggio Calabria n°9 del 19/12/2003

-----

Direttore responsabile Antonino Minoliti

Redazione: Mariantonella Ferraro, Alessio Rosato, Gabriella Violi,  
Pasquale Zumbo

Hanno collaborato a questo numero:

Cristina Campolo, Carmelo Ferraro, Flavio Forner,  
Giusy Iacopino, Antonino Pardeo.

Progetto grafico: Pasquale Zumbo

Stampa: Creative Artworks - Arghillà, Reggio Calabria

# Terapia ed energia, le origini del Device F7



Flavio Forner è da sempre alla ricerca del benessere psico-fisico delle persone. Appassionato di radiologia e di medicina nucleare, alla fine degli anni '80 ha avuto la fortuna di conoscere il neurofisiologo francese René J. Bourdiol e di frequentare, in Italia e all'estero (Francia), i suoi corsi, inerenti la medicina manuale, la riflessoterapia e, in particolare, la Proosphérentologie. Grazie ai suoi insegnamenti, che continua ancora oggi ad approfondire e divulgare con l'associazione "Eurogemmer Evolution" [www.eurogemmerrevolution.com](http://www.eurogemmerrevolution.com), ha creato un dispositivo energetico-terapeutico che ha chiamato "Device F7", dove la lettera "F" sta per "frequenza". Il numero 7, simbolo per eccellenza della ricerca mistica, esprime la globalità, l'universalità, l'equilibrio perfetto e rappresenta un ciclo compiuto e dinamico.

Il Device F7 racchiude in sé anni di studio e rappresenta un compendio dell'esperienza del dr. René J. Bourdiol e del dr. Giuseppe Bortolin.

Il Device F7 è composto da polveri di metalli nobili, immersi in un particolare gel che viene irradiato con fotoni luminosi al fine di avvalersi delle proprietà energetiche-terapeutiche delle frequenze.

Dai risultati ottenuti tramite test clinici e strumentali è stato constatato che il Device F7 può favorire la normalizzazione di alcune funzionalità corporee; in particolare consente di ottimizzare la funzionalità muscolare sotto il profilo della forza e della resistenza, fa-

vorendo, per esempio, il recupero dopo i traumi e gli sforzi fisici e migliorando l'equilibrio: Il Device F7, inoltre, è anche un valido aiuto nella terapia del dolore e nella cura delle patologie muscolo-scheletriche.

La fisica quantica ci insegna che ogni organismo vibra ad una determinata frequenza. Un organismo sano è armonico quando vibra alla sua giusta frequenza, ma nel momento in cui questa frequenza viene alterata, l'organismo soffre, si indebolisce e, infine, si ammala. Da questo concetto fisico ha preso avvio lo studio per associare un campo magnetico statico con l'energia vibrazionale del Device F7.

Sono stati creati dei sussidi specifici, qualificati dal Ministero della Sanità come dispositivi medici non invasivi di classe 1, che sfruttano le caratteristiche del Magnete Flem (a campo stabile) e del Device F7 (il Professional Vigor, lo Spine-Dol Patch, lo Spine-Dol Foulard, il Genu-Dol, il TCM e la Therapy Plus) e che aiutano le cellule prive di forza a ricaricarsi, rigenerarsi e/o a normalizzarsi, preservando la salute dell'individuo e prevenendone le malattie.

Per ulteriori informazioni, si consiglia la visione del video tratto da "Settesera Salute" su [www.devicef7.it/device-f7/](http://www.devicef7.it/device-f7/).

**Flavio Forner**



# Il diabete e il rischio cardiovascolare

*dr. Specialista in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare*

L'associazione tra diabete e mortalità per malattie cardiovascolari (infarto, ictus, aneurisma aortico, arteropatia degli arti inferiori, etc...) è ormai nota da anni.

Il controllo ottimale della glicemia nel paziente diabetico consente di ridurre significativamente il rischio di tali malattie. L'emoglobina glicata (HbA1c) esprime i livelli di glicemia negli ultimi 2-3 mesi e rappresenta un parametro indispensabile nella valutazione del controllo glicemico. Livelli elevati di glicemia nel sangue determinano, nel tempo, danni a carico delle arterie che si traducono in microangiopatia (interessamento dei piccoli vasi) e macroangiopatia (interessamento dei grandi vasi).

La causa più frequente di morbidità e mortalità nei pazienti diabetici è la macroangiopatia che può interessare l'aorta, le arterie del cuore (coronarie), del cervello (carotidi) e delle gambe. Le malattie che più spesso ne conseguono sono: l'aneurisma aortico, l'infarto, l'ictus cerebrale e la arteropatia obliterante cronica degli arti inferiori.

Come possiamo prevenire queste malattie?

Per prima cosa bisognerebbe prevenire il danno vascolare. Come? Mantenendo livelli di glicemia nei limiti di normalità. Per far questo non è mai sufficiente la sola terapia farmacologica ma è indispensabile che il paziente si affidi nelle mani di

**Gli elevati livelli di glicemia possono danneggiare le arterie. I controlli periodici sono l'unica vera cura possibile**

un dietologo/nutrizionista esperto di diabete che le somministri una dieta adeguata al suo metabolismo ed alla sua malattia.

Purtroppo accade spesso che o la terapia o la dieta o entrambe le cose non vengano rispettate dal paziente e ciò porta ad un inadeguato controllo glicemico ed alla conseguente comparsa e progressione della malattia cardiovascolare.

Più raramente accade che, nonostante si segua con precisione la prescrizione medica (dieta e terapia) il paziente vada incontro a complicanze cardiovascolari; questo può accadere per la coesistenza di altri fattori di rischio cardiovascolare (ipertensione, ipercolesterolemia, fumo, etc..) il cui controllo è altrettanto importante o per una predisposizione geneticamente determinata.

Quando il danno vascolare inizia (aterosclerosi delle arterie) purtroppo non da segni di sé; progredi-

sce per anni senza che il paziente possa accorgersene e quando raggiunge livelli critici esordisce con malattie acute spesso anche fatali (ictus, infarto, etc..).

Cosa possiamo fare per prevenire che questo accada?

Per la diagnosi della malattia cardiovascolare latente tutti i soggetti diabetici dovrebbero sottoporsi, indipendentemente dal livello di rischio, almeno una volta l'anno una visita cardiologica. Nei pazienti che il cardiologo giudica a più alto rischio potrebbe poi essere opportuno eseguire anche altri esami specialistici come l'elettrocardiogramma, l'ecocardiogramma, l'ecocolor-doppler dei tronchi sovraortici, eco-color-doppler degli arti inferiori e/o un test provocativo (test ergometrico, scintigrafia da sforzo o con stress farmacologico o ecocardiografia con stress farmacologico, etc..). In caso di negatività è comunque opportuno ripetere tali esami dopo un intervallo di tempo variabile, da uno a tre anni, per ciascun paziente, secondo giudizio del cardiologo.

Solo attraverso gli scrupolosi controlli eseguiti come raccomandato dal proprio cardiologo la maggior parte dei pazienti potrà intervenire in uno stadio più precoce della malattia e prevenire così complicanze anche fatali come l'ictus e l'infarto.



# Filosofia & Diabete

“Cattiva maestra la televisione è un saggio che propone opinioni sulla tv di personaggi autorevoli tra i Giancarlo Bosetti, Karol Wojtyla e Karl Popper.

Questo saggio prende in esame la capacità della televisione di condizionare, influenzare nel bene e nel male, i comportamenti delle persone in genere.

Particolare il taglio che dà Popper al suddetto argomento e prima di addentrarci nell'argomento che chi scrive vuole proporvi, è necessaria una breve disquisizione sul filosofo in questione.

Sir Karl Raimund Popper nasce a Vienna il 28 luglio 1902 e si spegnerà a Londra il 17 settembre 1994. Filosofo, epistemologo naturalizzato britannico, Popper è anche considerato un filosofo politico di grande statura, difensore della democrazia e del liberalismo e avversario di ogni forma di totalitarismo. In sintesi fu studioso e filosofo della scienza e della pedagogia. Un pensiero che ci fa rendere conto della statura del nostro potrebbe essere

« Ogni qualvolta una teoria ti sembra essere l'unica possibile, prendilo come un segno che non hai capito né la teoria né il problema che si intendeva risolvere. »

Sul saggio riportato in epigrafe Popper discerne sulla televisione e che questa influenza i comportamenti di chi ne usufruisce. Il filosofo da anche un bel po' di motivazioni dove alla base ci stanno prodotti televisivi scadenti.

Apriamo una piccola parentesi, la leggenda vuole che negli anni delle esplo-

## Popper e la sua teoria sulla TV cattiva maestra base di partenza per discutere di buona sanità

sioni delle tv private un tale lesse il saggio e si fermò alle prime righe ordinando la stampa di un numero consistente di copie. Ma poi a mente calma il tale lesse tutte le altre motivazioni e le ristampe furono bloccate. Per la cronaca riportiamo le altre motivazioni, quali che è difficile trovare persone che facciano programmi qualitativamente e accettabili per venti ore al giorno, la legge dell'audience e soprattutto la violenza presente nei vari programmi che porta quei soggetti più deboli dal punto di vista psicologico ad adottare sentimenti antisociali.

Non scopriamo nulla di nuovo affermando che la televisione fa parte dell'ambiente dei bambini e proprio per questo l'influenza. Grazie a quanto asserito prima Popper da la soluzione: chi fa televisione deve essere munito di una patente che potrà essere ritirata da un organo competente nel momento in cui non siano rispettati determinati parametri.

La patente verrebbe rilasciata solo dopo un corso, dove i produttori dovrebbero essere consapevoli di sentirsi come degli educatori di massa. Il controllo dei

mezzi di informazione è necessario per la sopravvivenza della democrazia. dice Popper: "Una democrazia non può esistere se non si mette sotto controllo la televisione, o più precisamente non può esistere a lungo fino a quando il potere della televisione non sarà pienamente scoperto", e ancora "Credo che un nuovo Hitler avrebbe, con la televisione, un potere infinito."

Perché tutto questo? Cosa c'entra la tv con il diabete? Ragionandoci sopra non possiamo che essere d'accordo con il pensiero di Popper per svariati motivi. Eseguiamo una piccola operazione matematica ossia impostiamo una proporzione:

TV: SPETTATORI = DIABETE : DIABETICI

Calcoliamo

TV= spettatori x diabete / diabetici

Cosa si vuole affermare? Poniamo che la tv sia il nostro sistema sanitario, che gli spettatori sono chi usufruisce di tale sistema, e che ovviamente se abbiamo dei proporzionali quali il diabete e i diabetici. Se il programma è culturalmente valido avremo dei buoni numeri che seguono la strada per la lotta al diabete, in caso contrario un abbandono con conseguenze catastrofiche per la salute del paziente con diabete. Una patente anche per il nostro sistema sanitario? Certamente, Perché la questione diabete non deve essere trattata con la classica ricetta della cura ma deve avere soprattutto una valenza pedagogica che non può essere trattata sono



una volta l'anno nella giornata del diabete. Non si vuole essere presuntuosi asserendo ciò, perché la grande verità è che ormai le persone con diabete sono un popolo vasto (purtroppo!) che cammina ma è anche vero che bisogna indirizzarlo. Il diabetico non può essere trattato come un numero, perché al minimo errore le conseguenze sono letali. Non si può cacciare (fatto realmente accaduto) un malato dall'ospedale quando le cose volgono al peggio, affermando "ho altri malati mi serve un letto!" il pensiero dell'esiliatore è "la verità è un'altra,

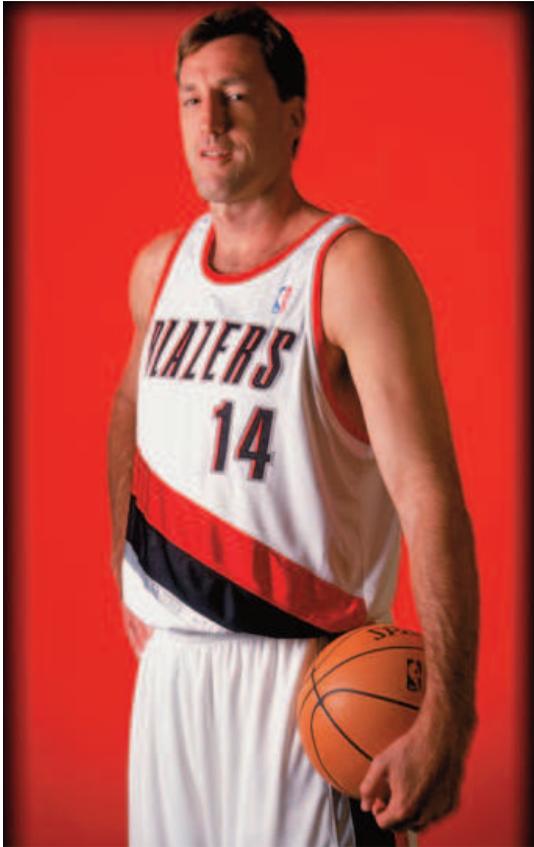
ossia quello va via, statisticamente la sua morte per il mio reparto non conta, è uscito da qui vivo!"

In questa sede non si invoca la pietà, la pietà per chi scrive è dei miseri, ma si chiede a gran voce la dignità di affrontare una malattia grave, subdola, terribile come il diabete e "con la mentalità delle squadre inglesi di calcio, come affermava Sandro Ferraro, che se anche sanno che la partita è persa giocano sempre con la stessa intensità di chi vuol vincere una partita..."

Ultimo quesito: vogliamo giocarcela

questa partita? Vogliamo vincerla? E allora auspichiamo una unione di forze, moltiplichiamo e non dividiamo per motivi di contributi, e al contempo di crederci degli dei depositari di una verità dogmatica che non c'è!

Si dedica questo scritto a tutti i diabetici che nonostante hanno avuto parti del loro corpo esiliate continuano a lottare e credere e fanno da esempio a tutte le persone con diabete.



# Chris Dudley e Suzanne Gardner, con coraggio oltre ogni limite

notizie e immagini tratte da: [www.vascotto.it](http://www.vascotto.it)

Christen Guilford "Chris" Dudley è nato il 22 febbraio 1965 a Stamford, Connecticut, USA. Chris ha frequentato il Liceo Torrey Pines di San Diego, California dove ha iniziato a giocare a basket. All'età di 16 anni gli è stato diagnosticato il diabete di tipo 1. Come i suoi genitori, il nonno, e lo zio, Chris ha poi frequentato la Yale University dove ha conseguito la laurea in scienze politiche e economia. Per i Bulldogs di Yale ha giocato a basket nella NCAA dal 1983 al 1987. Passato nei professionisti, ha giocato per 16 anni e 886 partite nella NBA per cinque squadre differenti. Di ruolo centro, era conosciuto soprattutto per la sua abilità difensiva come rimbalzista e stoppatore. Nel 2010, è stato il candidato repubblicano alla carica di governatore dell'Oregon. La politica, infatti, era nel suo DNA. Suo padre, Guilford Dudley, era stato ministro del governo statunitense, sua madre Elizabeth Josephine (nata Kovacs), era la figlia di un ministro prima di immigrare dall'Ungheria assieme alla moglie. Il nonno paterno era Guilford Dudley III, ambasciatore USA in Danimarca durante le amministrazioni Nixon e Ford.



Suzanne Gardner, nata l'1 agosto 1960 a Sacramento in California, è una pittrice le cui opere sono particolarmente apprezzate soprattutto in America, Canada e Messico. Le è stato diagnosticato il diabete tipo 1 all'età di 7 anni e, non avendo nessun familiare diabetico, non ha potuto avere nessuno che potesse darle consigli e parlarle della propria condizione. Tuttavia ha frequentato per diversi anni un campo per ragazzi diabetici che l'ha aiutata a comprendere i diversi aspetti della sua malattia. Nel 1998 ha iniziato a perdere la vista a causa di complicazioni legate al diabete, ma è stata assistita da bravi medici che le hanno permesso di riacquistare la vista parziale da un occhio. Nel 1999 ha deciso di dare una svolta alla sua vita iniziando la carriera da artista. Ai giovani diabetici dice di non scoraggiarsi mai e di perseguire le proprie passioni di modo da avere sempre un obiettivo da raggiungere nella vita.

# Chitarrina al nero di seppia con cicale di mare e salsa ai carciofi

## Ingredienti (4 persone)

### Per la pasta:

Farina 00	g 200
Albumi	n. 3
Nero di seppia	1 cucchiaio

### Per il condimento:

Cicale di mare	g 500
Carciofi	n. 4
Pomodoro pelato	n. 1
Salsa ai carciofi	2 mestoli
(fatta con gli scarti dei carciofi e brodo di pesce)	

Vino bianco secco	ml 100
Fumetto di pesce	6 mestoli
Olio extravergine	
d'oliva	g 30
Sale	q.b.
Prezzemolo	q.b.

## Procedimento

Impastare la farina con le uova e un cucchiaio di nero di seppia; stendere la pasta in sfoglie sottili, quindi ridurle a tagliolini. Per il condimento: rosolare uno spicchio d'aglio in un filo d'olio; unire le cicale di mare tagliate a pezzetti, farle appassire, sfumarle con il vino, quindi, aggiungere un mestolo di brodo di pesce, foglioline di timo, incoperchiare e lasciare sobbollire il tutto per 10 minuti circa. A parte, rosolare in una larga padella i cuori di carciofo a lamelle, con olio e aglio tritato. Non appena saranno morbidi, aggiungere in padella le cicale di mare, il loro sugo, un pomodoro pelato a dadini, sale, prezzemolo tritato e i tagliolini neri, già lessati al dente. Far saltare la pasta a fuoco vivo, per farla insaporire nel condimento, quindi distribuirla nei piatti con sopra un velo di salsa ai carciofi.

## Composizione per porzione

Calorie	353
Carboidrati	g 40
Proteine	g 27
Grassi	g 9

Tratto da [www.diabete.net](http://www.diabete.net)





### Last post



## Concorso “Diabete a Colori”, vince il nostro Daniele Serranò!

Amici, ancora una volta la Diabaino vince! Questa volta lo fa con il volto di Daniele Serranò, primo classificato nella concorso “Diabete a Colori”, categoria “Opera Visiva - 10/18 anni”, indetto dall’azienda Lilly, grazie al suo dipinto “Libertà”.

“Ho saputo del concorso dalla presidente della Diabaino Vip-Vip dello Stretto, Gabriella Violi, e ho deciso di parteciparvi per fare esperienza - afferma Daniele -. Quindi ho lavorato al mio dipinto, senza avere un’idea precisa di cosa fare - prosegue il giovane artista -, ho solo messo su tela il mio concetto di vivere con il diabete, quel che mi passava per la mente”.

E il risultato finale è proprio un bel vedere! All’interno dell’opera, tutti gli elementi fondamentali per chi ha il diabete come compagno di vita.

“Ho disegnato il cibo perché la corretta alimentazione è indispensabile per noi - aggiunge Daniele -, quindi ho disegnato un dito, la goccia di sangue ed il glucometro, ovvero il nostro quotidiano monitoraggio, e infine un uccello per dire al mondo che io mi sento LIBERO come tutti gli altri, come un uccello che con le sue ali fende i cieli del mondo”.

Bravissimo, Daniele! Complimenti da parte di tutta la Diabaino, soprattutto per il modo in cui sei riuscito a comunicare quanto sia bello vivere al massimo anche con il diabete. 🙌😊🙌



Diabaino Vip-Vip dello Stretto



Scrivi...



Aggiungi foto e video



## Basket: Giorgia, "ho fatto canestro al.. diabete!"

Ciao, mi chiamo Giorgia e ho 13 anni. Pratico la pallacanestro da 2 anni mi sono appassionata a questo sport seguendo gli allenamenti della mamma ai suoi allievi.

Gioco nella Polisportiva Maria ss.di Portosalvo a Gioia Tauro (la squadra del mio paese), con la quale prendo parte al Campionato CSI, e nella Nuova Jolly di Reggio Calabria con cui partecipo al campionato FIP under 13 maschile. In questo momento stiamo disputando le finali provinciali, manca una sola partita per qualificarci, speriamo bene!!!!

Sono l'unica ragazza della squadra della mia età perché non ci sono molte ragazze appassionate a questo sport e quindi gioco e mi alleno con i maschi.

Con la formazione femminile, il 12 aprile a Reggio Calabria, abbiamo vinto il titolo regionale del 3 contro 3 categoria under 14 e ci siamo guadagnate la partecipazione alle finali nazionali il 22 maggio a Jesolo.

Per allenarmi e giocare bene senza avere complicazioni durante le fasi di gioco mi misuro la glicemia prima e dopo gli allenamenti-partite e se necessario anche durante. Il diabete, grazie all'aiuto del mio microinfusore, non mi impedisce di giocare bene come gli altri, anzi mi sento in forma come tutti loro.

A una battuta di un mio compagno che mi ha chiesto quando schiacerò a canestro ho risposto che per il momento mi impegnerò con tutta me stessa per scacciare il diabete a suon di canestri e vincere le partite!!!!

*Ciao da Giorgia*

# 1 solo Click. Punto.



## Accu-Chek FastClix: pungidito con sistema 1-Click e cilindro caricatore.

Accu-Chek FastClix, grazie al sistema 1-Click, permette di effettuare il caricamento e la puntura in un solo gesto, rendendo il prelievo semplice e pratico. Il cilindro caricatore con 6 lancette elimina il problema della gestione della singola lancetta, evitando punture accidentali.

- **Semplice:** caricamento e puntura in un solo gesto.
- **Delicato:** con tecnologia Clixmotion e 11 differenti profondità di puntura.
- **Igienico:** cilindro caricatore da 6 lancette, nessuna lancetta da maneggiare.

Experience what's possible.



Numero Verde per avere assistenza tecnica sull'utilizzo dei prodotti della linea Accu-Chek e per richiedere la sostituzione gratuita degli strumenti in garanzia.

# Tango, salsa e hip hop, utili a gestire il diabete

Vengono fuori dopo tre anni i risultati della ricerca Ballando, portata avanti per tre anni a Brescia, che sono stati presentati in occasione della premiazione del Concorso Il diabete a colori svoltasi in campus biotecnologico Lilly di Sesto Fiorentino.

La ricerca ha dimostrato come tango, balli caraibici e hip hop siano ottime terapie per gestire meglio il diabete sia di tipo 1 che di tipo 2. Infatti, la possibilità data dai balli di fare attività fisica non forzata ma piacevole favorisce una migliore qualità della vita e induce ad avere un atteggiamento diverso nei confronti di questa malattia.

Sara Biagiotti, sindaco di Sesto Fiorentino, ha commentato così l'evento che si svolge con cadenza biennale: "L'iniziativa è un'ottima occasione per stare insieme, per parlare di alimentazione e di attività fisica. Un evento che in occasione di Expo2015 assume ancora più significato e che il Comune di Sesto Fiorentino condivide e patrocina perché in linea con le sue politi-

che e le sue attività a sostegno di uno stile di vita sano e di qualità". Anche Felice



Mangeri, dirigente medico responsabile dell'unità di Endocrinologia e Diabetologia, azienda ospedaliera Desenzano d/G, presidio ospedaliero di Gavardo (BS), ha precisato che da circa tre anni il centro diabetologico di Gavardo (Brescia) ha attivato programmi di educazione terapeutica in gruppo specifiche per persone che soffrono di diabete mellito tipo 2 e obesità. Senza dubbio il ballo è un'attività fisica che favorisce il controllo glicemico, la perdita

del peso e l'attenzione verso uno stile di vita più sano.

E' infatti confermato che il ritmo dolce della musica stimola i movimenti e anche il cervello, visto che questi comanda tutto l'insieme. Il complesso di effetti agisce quindi su tutto il corpo, con benefici sorprendenti. Durante l'evento c'è stata la premiazione dei vincitori del concorso di creatività espressiva "Il Diabete a Colori" organizzato da Lilly Italia e giunto alla settima edizione. Luca Cappellini, referente Italiano del gruppo Young Leaders, ha aggiunto: "Il concorso dà la possibilità a bambini e adulti che convivono con il diabete di trasformare in colore la convivenza con questa condizione, rappresentando la propria esperienza di vita attraverso un disegno, una prosa, una poesia, un video o una composizione materica".

(Tratto da:

<http://news.fidelityhouse.eu>)

## Info Diabaino

### SPORTELLO DEL DIABETE: Diabaino Vip-Vip dello Stretto ONLUS FAND

Lunedì e venerdì mattina (9,00 - 12,00) e martedì pomeriggio (16,00 - 19,00) Per informazioni: mercoledì ore 17 - 20. presso Sede Uffici: Via Aschenez 44, Tel - Fax 0965. 21516 Tel. 0965. 883180. [www.diabaino.org](http://www.diabaino.org) - [info@diabaino.org](mailto:info@diabaino.org)

**Presidente:** dott.ssa Gabriella Vioi  
cell. 348-3294314.

**Sede Legale:** Via Umberto I, 100 89135 Gallico (RC)

### Diabaino Vip della Piana FAND Polistena

Martedì e Giovedì ore 17,00 - 20,00 Sabato ore 9,30 - 11,30  
**Presidente:** Ignazio Albo Cell. 3381896397  
email: [valentina.parz@hotmail.it](mailto:valentina.parz@hotmail.it)

**Responsabile Scientifico:** Dott. Antonia Russo

**Sede Sociale:** Via Filippo Turati, Polistena (RC)

### Diabaino Vip FAND Acri

**Sede Legale:** Via Anna Frank n° 21 ACRI (CS)

**Presidente:** Pasqualina Pisano cell. 3281569566  
email: [pisano.pasqualina@libero.it](mailto:pisano.pasqualina@libero.it)

### Diabelvedere FAND Belvedere Marittimo (CS)

**Sede Legale:** Via F. Dini Palazzo Nastri

**Presidente** Antonio Monetta cell. 3479797792  
email: [antoniomonetta48@gmail.it](mailto:antoniomonetta48@gmail.it)

### Hipponion Diab FAND Vibo Valentia

**Sede Legale:** Contrada S. Bruno, Melia s.n.c. - Ioppolo (VV).

**Presidente:** Giuseppe Calogero, cell. 3389547523  
email: [gcalogero@email.it](mailto:gcalogero@email.it)

### Coordinamento FAND Calabria

**Responsabile:** Dott. Marella Ferraro  
Via Aschenez, 44 - Reggio Calabria  
Tel/fax 0965/21516 - cell. 3342504917  
email: [info@diabaino.org](mailto:info@diabaino.org)

### Santa Famiglia Diabaino Vip-Vip anche a Catanzaro

**Sede legale:** via Benedetto Musolino, 46 - 88100 Frazione S. Maria (CZ)

**Presidente:** Valentina Carè - cell. 3383463686

email: [v.care@alice.it](mailto:v.care@alice.it)

### Contributi Volontari Liberatori intestati a: Diabaino Vip-Vip dello Stretto ONLUS

1. Banco Napoli S.P.A, Via Miraglia - 89100 Reggio Calabria

IBAN IT63 D010 1016 3001 0000 0101 865

2. Agenzia Postale Gallico (RC) c/c n. 22482889

(I PARTE)

**L'**attività sportiva è uno dei cardini per il benessere psico-fisico della persona, di qualsiasi età, in quanto rinvigorisce il corpo inducendo un sensazione di benessere, contribuisce all'accrescimento armonico delle masse muscolari mantenendole efficienti e in tono, conserva l'elasticità, migliora il movimento articolare, previene l'osteoporosi, migliora l'equilibrio psichico inducendo serenità e innalzando il tono dell'umore, contribuisce a mantenere entro i limiti voluti il peso corporeo, migliora l'utilizzazione del glucosio e dei lipidi e abbassa il colesterolo del sangue facendo aumentare la frazione HDL che protegge le arterie dall'arteriosclerosi

Tutti coloro che intendono svolgere un esercizio fisico o una attività sportiva debbono conoscere le loro condizioni di salute e provvedere ad un allenamento adeguato, perché gli esercizi e le varie attività non sono tutti uguali. Se questo non viene attuato, l'esercizio sporadico non è consigliabile, in quanto avviene su un organismo non preparato. E' molto meglio fare un esercizio regolare, con una frequenza quotidiana o a giorni alternati. Tutto ciò ha una particolare importanza per il diabetico il quale non solo può fare esercizio fisico, ma anzi, deve farlo, più di un individuo normale.

Fino a non molti anni addietro i medici proibivano tassativamente ai giovani affetti da diabete ogni tipo di sport, con gravi ripercussioni psicologiche.

Recenti studi, invece, hanno accertato inequivocabilmente che



# Diabete e attività fisica

- Chi ha il diabete, se ben compensato, è capace di prestazioni fisiche del tutto identiche, se non superiori, a quelle dei coetanei.

- si può fare qualsiasi attività fisica, dalle corse alle gare più impegnative di livello nazionale

Quindi lo sport non solo è permesso al diabetico, ma è addirittura consigliato.

L'attività fisica viene, infatti, attualmente considerata, assieme alla dieta e al trattamento farmacologico, un cardine fondamentale della terapia, perché

- determina una migliore utilizzazione del glucosio

- da la possibilità di ridurre la dose giornaliera di insulina

- abbassa i grassi del sangue (colesterolo e trigliceridi)

In un individuo che non sia diabetico, l'esercizio fisico influisce scarsamente sulla glicemia.

In condizioni di riposo o di attività di moderata intensità il muscolo utilizza principalmente l'energia derivata dalla combustione dei trigliceridi. In condizioni di lavoro intenso e prolungato, almeno per le prime due ore di attività, il muscolo utilizza l'energia prodotta dal glucosio.

Per attività intensa di maggiore durata, una volta esaurite le riserve di glicogeno, la contrazione può continuare soltanto a spese dei trigliceridi.

Elemento fondamentale del lavoro muscolare è l'ossigeno. L'organismo durante lo sforzo fisico incrementa l'attività del cuore e dei polmoni allo scopo di fornire ai tessuti tale elemento nella quantità necessaria.

Per sforzi molto intensi (esercizi anaerobici), può verificarsi che i meccanismi di compenso messi

in atto dall'organismo non siano sufficienti a soddisfare la richiesta di ossigeno: ne consegue che il glucosio non può essere bruciato completamente, ma può essere scisso soltanto fino allo stadio di "acido lattico" liberando solamente una minima parte dell'energia in esso contenuta. Infatti, mentre la scissione del glucosio fino a questo composto può avvenire anche in assenza di ossigeno, la combustione completa fino ad acqua ed anidride carbonica non può avvenire senza di questo.

Nell'attività muscolare piuttosto intensa, si forma acido lattico, che, non potendo essere bruciato per la carenza di ossigeno, si accumula nei tessuti ed è responsabile del senso di stanchezza e dei dolori muscolari che noi tutti abbiamo provato dopo un esercizio fisico piuttosto impegnativo.

La presenza di acido lattico nei muscoli, quindi, determina una intossicazione delle cellule, che si traduce nella sensazione di fatica muscolare. Un segnale per il nostro cervello di graduale eccessiva fatica, in un processo energetico nel quale non siamo sufficientemente allenati.

La rimozione dell'acido lattico può avvenire soltanto al termine della prestazione sportiva, quando l'apporto di ossigeno ai vari tessuti diventa sufficiente a completare l'ossidazione di questo composto fino ad acqua ed anidride carbonica. Dalla combustione del glucosio e dalla completa ossidazione dell'acido lattico si ottiene l'energia necessaria per ripristinare le riserve di glicogeno.

Per questo motivo il consumo di ossigeno si mantiene elevato ancora per un certo periodo di tempo dopo la cessazione dell'attività mu-

## Reggio C.: il 6 giugno alla Regione convegno Fandiabet&giovani

Esperienze associative e percorsi diagnostico terapeutici per il "passaggio del testimone" Scienza & Tecnologia. Questo il sottotitolo del convegno Fandiabet&giovani, organizzato dalla Fand calabrese e che si svolgerà il 6 giugno a Reggio Calabria presso la Sala "Monteleone" di Palazzo Campanella, sede del Consiglio Regionale della Calabria.

Referente organizzativo è l'associazione Diabaino Vip-Vip dello Stretto, con l'adesione del Lions Club Città del Mediterraneo Reggio Calabria e del Co.Di.Cal. (Coord. Ass. Diabetici della Regione Calabria).

Saranno tante le relazioni e le testimonianze su argomenti quali il pancreas artificiale (di cui abbiamo già parlato nei numeri precedenti), il trapianto del pancreas, la terapia nel diabete di tipo 1, l'educazione terapeutica e la cura nel diabete di tipo 1.

Ospiti del convegno, la dr.ssa C. Ingegnesi, pediatra della Pediatria UO Ospedale Lentini (SR); il dr. Vincenzo E. Morabito, responsabile del Programma Nazionale Trapianti ROMA; il dr.ssa S. Galasso, U.O. Diabetologia del Policlinico Università Padova, componente dello staff della dr.ssa Daniela Bruttomesso; Manuela Berteggia, Consigliere Nazionale FAND; il Prof. Domenico Cucinotta, Primario dell'U.O. di Endocrinologia e Malattie Metaboliche Policlinico Messina. A moderare il convegno il Dott. Edoardo Lamberti Castronuovo e il Dr. Alessio Rosato.

L'evento è patrocinato dalla Regione Calabria, dal Consiglio Regionale della Calabria, dalla Provincia e dal Comune di Reggio Calabria e dall'Ordine dei Medici.

Responsabile scientifico dell'evento la dr.ssa M.A. Ferraro, direttore sanitario ASD.

scolare.

La ricostruzione del glicogeno consumato durante l'attività muscolare avviene in circa 12-14 ore.

Il glucosio quindi è una sostanza di estrema importanza per il nostro organismo e il suo livello nel sangue deve essere mantenuto entro limiti precisi.

A determinare l'esatto equilibrio entro tali limiti sono,

- l'insulina (consente la penetrazione nelle cellule del glucosio che può essere quindi utilizzato per produrre l'energia necessaria sia per la contrazione muscolare, sia per la sintesi del glicogeno. Ne consegue un abbassamento della glicemia),
- il glucagone (secreto dalle cellule alfa delle isole pancreatiche provoca la scissione del glicogeno epatico producendo glucosio ,

quindi aumentando la glicemia),

- l'adrenalina (secreta dalla midollare del surrene, stimola la scissione del glicogeno epatico e muscolare con conseguente aumento della glicemia),

- il cortisolo (secreto dalla corteccia surrenale stimola la formazione di nuove molecole di glucosio dalle proteine; in tal modo esso consente di mantenere entro limiti fisiologici la glicemia durante il digiuno prolungato).

Questi meccanismi avvengono automaticamente.

Per chi ha il diabete (in particolare l'Insulino-dipendente) le cose vanno in modo diverso, in quanto possono avvenire diversi cambiamenti del livello del glucosio nel sangue e in quanto l'apporto insulinico viene deciso dalla persona: è necessario infatti che questi insu-

lina, glucagone e cortisolo siano in equilibrio perfetto prima e durante l'attività fisica.

L'insulina, che funge da messaggero e che ordina al glucosio di trasferirsi dal sangue in cui si trova all'interno delle singole cellule ai muscoli, diciamo che viene maggiormente stimolata dall'esercizio fisico facilitando questo passaggio, sempre che esista insulina in quantità sufficiente.

Per prima cosa sarebbe bene programmare l'attività fisica sia nella durata che nella intensità.

E' necessario infatti accertarsi dell'esistenza di un buon stato di compenso 1 ora prima dell'esercizio fisico.

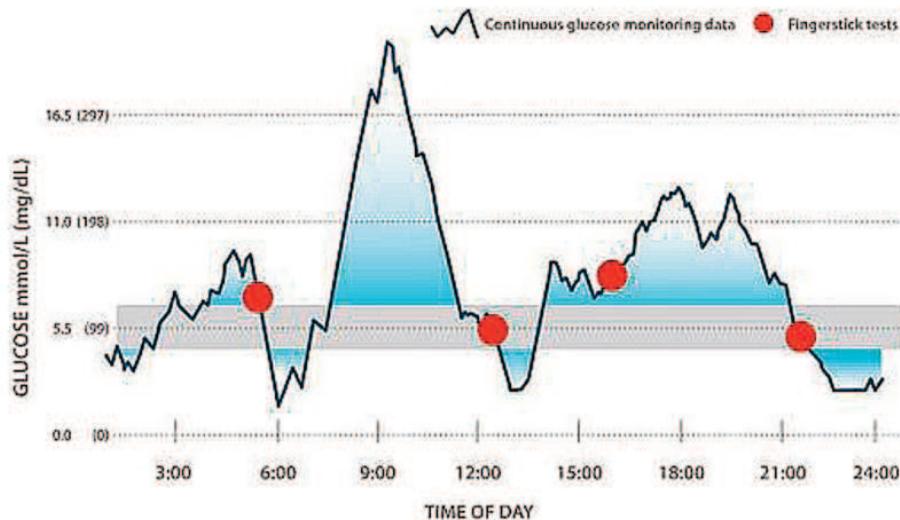
**dr.ssa Cristina Campolo**  
(endocrinologa)



# L'holter glicemico

A cura di I.P. Giusy Iacopino (Equipe Diabaino)

L'ultimo ritrovato tecnologico nel campo della gestione terapeutica del Diabete Mellito è l'holter glicemico. Si tratta di un dispositivo che genera un monitoraggio della glicemia in continuo per circa una settimana. Vengono effettuate 288 determinazioni della glicemia ogni 24 ore, pari ad un controllo del glucosio interstiziale ogni 5 minuti. Il tutto corredato dalla visualizzazione in tempo reale, da parte del paziente, non solo del valore glicemico, ma anche del grafico rappresentante la curva di tendenza della glicemia. Il sistema si compone di un ricevitore poco più piccolo di un cellulare, un sensore in platino che penetra appena qualche millimetro nel sottocute, ed un trasmettitore in grado di comunicare via radio con il ricevitore. Il sensore "pesca" la concentrazione di glucosio non nel sangue, ma nel liquido interstiziale presente fra una cellula e l'altra,

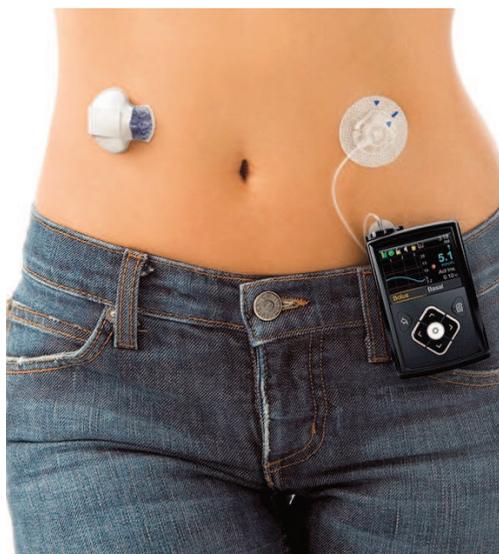


invia il dato al trasmettitore, quest'ultimo lo decifra e lo invia al ricevitore sotto forma di valore glicemico. Il dispositivo è tascabile, facile da indossare, impermeabile e permette tutte le attività della vita quotidiana: curare l'igiene personale come da abitudine, lavorare, fare esercizio fisico, dormire.

Il monitoraggio continuo del glucosio fornisce, dunque, un quadro completo del controllo glicemico rivelando ipo o iperglicemie, nei più svariati momenti della giornata, che il paziente non si aspetta o perché asintomatiche o perché si verificano nelle ore notturne. E

né l'emoglobina glicosilata, né le glicemie capillari come da schema da sole possono sempre individuare questi stati critici. L'holter glicemico rappresenta pertanto un importante ausilio diagnostico: non è però, da considerare come un'alternativa al glucometro tradizionale al quale fare sempre riferimento prima di ogni intervento correttivo, ma serve al team diabetologico per ottenere una serie di informazioni necessarie a ottimizzare e adattare la strategia terapeutica e migliorare significativamente il controllo glicemico. La visualizzazione degli andamenti glicemici può, inoltre, motivare il paziente a prestare

una attenzione ancora maggiore all'autocontrollo e allo stile di vita, migliorando, in tal modo, il suo benessere e riducendo il rischio delle complicanze a lungo termine della malattia.



# Diabete: quello che conta è saper mangiare

di Gabriella Violi

**Un'alimentazione sana è alla base del vivere bene, ancor di più se si ha il diabete come compagno di vita**

Chi ha il diabete deve seguire un'alimentazione sana, equilibrata e varia. Non parliamo di 'dieta per diabetici' ma di 'mangiare bene', alimentarsi in modo sano.

In particolare la terapia del diabete passa attraverso una alimentazione corretta, tenendo in considerazione l'insieme delle abitudini alimentari.

Alle persone a rischio di sviluppare diabete o con diabete diagnosticato, va consigliata una alimentazione ricca di fibre, frutta, cereali e ortaggi e soprattutto povera di grassi di origine animale, la nostra "dieta mediterranea".

L'ideale di dieta per la persona con diabete è personalizzata, tenendo in considerazione l'attività lavorativa e le abitudini di ciascun, il sesso, l'altezza, l'età e l'attività motoria, razionalizzandola con tre pasti principali (Colazione, Pranzo e Cena) e due Spuntini, in modo che sia possibile seguirla regolarmente, per ottenere:

- un controllo glicemico a Target
- raggiungere e mantenere nel tempo il peso corporeo adeguato

- tenere sotto controllo i principali fattori di rischio cardiovascolare

- Star bene fisicamente e mentalmente

I Carboidrati, sono fondamentali per una dieta sana ed equilibrata, da considerare che la quantità e la qualità dei carboidrati contenuti nei cibi influenzano in modo importante la glicemia, il loro apporto calorico giornaliero è circa il 50%, e comunque non è consigliata una restrizione al di sotto di 130 grammi al giorno. Da preferire quelli a basso indice glicemico associati a fibre (in questo caso la quota di carboidrati nella dieta può arrivare al 60% delle calorie totali).

Ecco i dieci consigli per una dieta equilibrata:

1. preferire pane e pasta integrale
2. preferire le carni magre e bianche (pollo, tacchino ecc.)
3. scegliere almeno tre porzioni di pesce a settimana
4. consumare formaggi non più di 2 volte a settimana
5. preferire latte scremato e yogurt magro
6. consumare ogni giorno cin-

que porzioni tra ortaggi e frutta

7. per i condimenti usare olio di oliva o extra vergine di oliva

8. no al burro, strutto ecc.

9. no alle bevande gassate

10. si ad un bicchiere di vino rosso per la donna e due per l'uomo

Da consumare "occasionalmente e responsabilmente"

Nessun cibo va comunque ritenuto "proibito" in assoluto, ma piuttosto si deve avere la consapevolezza che certi alimenti – a forte impatto glicemico – possono essere assunti solo occasionalmente. In Particolare il miele, la marmellata, la cioccolata, lo zucchero e le caramelle. Occhio ai dolci confezionati (merendine, biscotti, snack, gelati, cornetti ecc.), hanno un alto contenuto glucidico e lipidico, si possono consumare, ma con moderazione e occasionalmente.

Del tutto eccezionale l'assunzione di primi elaborati come risotti, lasagne, cannelloni e tortellini, ecc. e della pizza. Anche l'uso di sostituti del pane con grassi aggiunti e sale come cracker, grissini, panini al-





l'olio, focacce va considerato come eccezione alla regola.

Stesso discorso vale per patate, frutta sciroppata, frutta molto ricca in zuccheri (banane, uva, fichi e cachi), succhi di frutta e superalcolici.

Circa la frutta secca (noci, mandorle, arachidi, pistacchi) – seppur il suo uso deve essere contenuto – sono sempre più numerosi gli studi che in questi anni hanno raccolto dati a favore di un loro uso contenuto (si parla di 75 grammi al giorno) sia per prevenire il diabete sia per ottimizzare il controllo glicemico e il peso corporeo.

Cosa preferire

Gli alimenti che si possono consumare tutti i giorni sono i primi piatti semplici, con sughi poco conditi; per esempio pasta o riso, conditi con pomodoro o pesce o verdure o legumi.

Via libera anche a verdura e frutta, fatta eccezione per quella molto

ricca in zuccheri.

I dolcificanti acalorici vanno bene, e sono sicuri quando consumati in quantità giornaliere moderate.

Occorre sempre rispettare le porzioni consigliate: anche i cibi sani, consumati in eccesso, possono far aumentare di peso.

Qualche semplice regola: Non saltare la colazione

È il pasto più importante della giornata. **La colazione ideale è composta preferibilmente da una tazza di latte parzialmente scremato o un vasetto di yogurt magro, accompagnato da fette biscottate o pane o cereali o biscotti secchi, integrali + un frutto di medie dimensioni (circa 150 g) da consumare se possibile con la buccia.**

- **A pranzo e a cena consumare pasti che includano un primo piatto nell'uno e il secondo nell'altro. . Ecco un esempio:**

**Pranzo: Pasta 50 g. = riso (cotti al dente) con verdure o pomodoro**

**Pane 50 g. = 50 g. di legumi secchi = 250 di piselli freschi**

**Pollo 100 g. = 150 Merluzzo = n. 2 Uova**

**Contorno di verdure cotte e crude e grigliate**

**1 frutto medio di stagione es. Mela 100 g. = 130 g. Nespola =160 g. Fragole**

**Olio di Oliva 10 g.**

**Cena: Pane 50 g. = 160 g. di patate lesse**

**Tacchino 100 g. = 50 g. Formaggio = 50g. Prosciutto cotto o crudo**

**Contorno di verdure cotte e crude e grigliate**

**1 frutto medio di stagione es. Pera 100 g. = 130 g. Albicocca = 130 g. Albicocca**

**Olio di Oliva 10 g.**

# Accu-Chek Connect. Connessi all'innovazione.

**NUOVO**



Accu-Chek Connect è un **nuovo sistema per la gestione del diabete**. Misuratore di glicemia, app per smartphone e portale online, **connessi tra loro in tempo reale** tramite wireless e cloud.

- **Misuratore di glicemia Accu-Chek Aviva Connect**, con invio automatico dei dati all'app e al portale online.
- **App per smartphone Accu-Chek Connect**, visualizzazione dei dati glicemici attraverso grafici di facile interpretazione. Invio automatico dei risultati tramite sms a un familiare o alla persona indicata. Consiglio bolo. Possibilità di aggiungere immagini dei cibi ai risultati.
- **Portale online** ([www.accu-chekconnect.com](http://www.accu-chekconnect.com)), accesso in tempo reale a dati e report, condivisibili con il Team Diabetologico.



Scarica l'app gratuita  
**Accu-Chek Connect**

Numero Verde  
**800-822189**

Numero Verde per ricevere assistenza tecnica sull'utilizzo dei prodotti della linea Accu-Chek e per richiedere la sostituzione gratuita degli strumenti in garanzia.

Le misurazioni devono essere eseguite nell'ambito del controllo medico. Accu-Chek Connect e Accu-Chek Aviva Connect sono dispositivi medici e medico-diagnostici in vitro CE 0088. Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni d'uso. Autorizzazione Ministeriale ottenuta il 17/12/2014.

**ACCU-CHEK®**



## Diabete 1

### Stress psicologico nell'infanzia aumenta il rischio

Litigi in famiglia, divorzi, un lutto e altri eventi che causano stress psicologico nell'infanzia aumentano di 3 volte il rischio di diabete di tipo 1.

Il diabete di tipo 1 nell'infanzia è in aumento in molte parti del mondo. Mentre le cause del diabete di tipo 1 sono ancora sconosciute, diversi fattori di rischio sono noti per avere un ruolo in questa malattia metabolica. Oltre alla predisposizione genetica, il diabete presenta fattori di rischio ambientali come le infezioni virali, le abitudini alimentari nell'infanzia, un alto peso alla nascita, un forte aumento di peso e lo stress cronico. Una nuova ricerca pubblicata su *Diabetologia* dimostra che anche vivere uno stress psicologico causato da un evento fortemente traumatico durante l'infanzia, nei primi 14 anni di vita, può essere un fattore di rischio per lo sviluppo di diabete di tipo 1.

I risultati provengono da uno progetto chiamato "All Babies in Southeast Sweden" (Tutti i bambini del Sud-Est della Svezia) il cui scopo è determinare i fattori ambientali associati all'obesità e al diabete, sia di tipo 1 che di tipo 2, nei bambini. Maria Nygren e colleghi dell'Università di Linköping, in Svezia, hanno invitato a partecipare allo studio circa 10.500 famiglie con bambini nati tra il 1 ottobre 1997 e il 30 settembre 1999, che non presentavano diabete di tipo 1.

Secondo gli autori, lo stress psicologico da evento traumatico potrebbe rappresentare uno dei tanti anelli di congiunzione tra genetica e ambiente nello sviluppo del diabete di tipo 1.

(tratto da [www.diabete.net](http://www.diabete.net))

# News dal Mondo

## Rimborsabile anche in Italia empagliflozin per diabete di tipo 2

L'Agenzia italiana del farmaco (Aifa) ha concesso la rimborsabilità per empagliflozin, sviluppato da Boehringer Ingelheim ed Eli Lilly and Company, per il trattamento del diabete mellito di tipo 2, per monosomministrazione giornaliera in compresse da 10 e 25 mg.

Empagliflozin, che aveva ottenuto l'autorizzazione all'immissione in commercio da parte della Commissione europea nel maggio 2014, appartiene alla classe degli inibitori del SGLT2, proteina trasportatore responsabile di circa il 90% del riassorbimento da parte del rene del glucosio filtrato dal sangue. Nelle persone con diabete di tipo 2 si osserva una sovraespressione di SGLT2, che contribuisce all'innalzamento dei livelli glicemici.

Empagliflozin riduce la capacità del rene di riassorbire il glucosio, inducendone l'escrezione attraverso le urine, con il vantaggio di ridurre i valori glicemici e l'HbA1c ed indurre una perdita di peso e la diminuzione della pressione arteriosa.

«La terapia del diabete tipo 2 si arricchisce di un altro inibitore del riassorbimento renale di glucosio» commenta Stefano Del Prato, direttore dell'Unità di Malattie del metabolismo e diabetologia al Dipartimento di Medicina clinica e sperimentale dell'Università di Pisa. «Questa classe di farmaci ha ribaltato un vecchio concetto che noi medici avevamo imparato sui banchi – precisa – e cioè che la glicosuria era un indice di scompenso glicemico. Ora l'eliminazione di glucosio attraverso il rene assume una connotazione positiva».

(tratto da: [www.fedaiis.it](http://www.fedaiis.it))



# Aiutaci ad aiutare



**RICORDATI DI TE!**

**Basta  
un piccolo  
gesto**

## **DEVOLVI IL 5 per mille NELLA DICHIARAZIONE DEI REDDITI 2014**

Puoi farlo con:  
il Modello Cud 2013 (consegnato dal datore di lavoro)  
Modello 730/ 1-bis redditi 2014  
Modello Unico 2014

**FIRMA E INSERISCI IL NOSTRO CODICE FISCALE**  
**9 2 0 2 9 1 8 0 8 0 6**

Nel riquadro “sostegno del volontariato, delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale, delle associazioni e fondazioni”

Grazie dalle api operaie della Diabaino Vip-Vip dello Stretto

P.S.: Nella speranza che la burocrazia non vada a rilento, quando saremo informati dagli organi preposti dell'entità globale delle risorse raccolte, sarà nostra cura dare notizia sul loro impiego

**Per ulteriori informazioni contattaci:**

**Tel. 3483294314**

**Sede uffici:**

**via Aschenez, 44 - Reggio Calabria**

**Tel/Fax 096521516**

**www.diabaino.org - e-mail: info@diabaino.org**