

# Congresso AMD Marche

*Intervento Claudio Molaioni, doc & type 1 su INTO THE WHITE 2012*

*Fabriano (AN) • 11 maggio 2012*

Mi chiamo Claudio Molaioni e sono un medico di pronto soccorso, lavoro all'ospedale di Fano Santa Croce, sono anche un diabetico (i.d. dall'età di 17 anni) in questa mia doppia veste quella del medico e quella del paziente, sono stato invitato da Franco Gregorio a parlarvi dell'esperienza **InTo The White**, un evento organizzato insieme alla associazione **Diabetenolimits**, al Club Alpino Italiano ed al Soccorso Alpino Marche del quale faccio parte come medico volontario. L'evento si è svolto nei giorni dal 24 al 26 febbraio scorso nel parco nazionale dei monti Sibillini, abbiamo invitato a partecipare diabetologi specialisti del settore come Maurizio Sudano e Mario Vasta che voi tutti conoscete, il dottor Gianfranco Poccia diabetologo ed alpinista abruzzese, la nutrizionista dott.ssa Monica Miccio e diabetici provenienti da tutta Italia che, come me vedono nella pratica sportiva un incentivo ed uno stimolo per una corretta autogestione del diabete nello sport come a lavoro e nella vita di tutti i giorni. Per noi diabetici voler fare attività sportiva di lunga durata comporta il dover risolvere diverse problematiche: dalla somministrazione di un corretto dosaggio insulinico, ad una corretta alimentazione prima durante e dopo la attività, il tutto ambientato in un contesto severo come quello della montagna invernale, dove si possono presentare notevoli difficoltà metaboliche ed ambientali. Questa iniziativa è nata per aprire un tavolo di confronto e studio sui metodi e le strategie migliori per risolvere queste difficoltà.

Il gruppo era formato da 18 diabetici (16 uomini e 2 donne) omogeneo per intenti caratteristiche e propensioni individuali allo sport, in tale gruppo la valorizzazione della esperienza di ognuno, e la assenza di gerarchie hanno stimolato un confronto tra pari che ha favorito l'instaurarsi di un clima di fiducia reciproca favorevole all'apprendimento di nuove strategie terapeutiche. Gli obiettivi: creare un laboratorio outdoor per fornire gli strumenti culturali e le motivazioni per ottimizzare la autogestione del diabete per arrivare a godere in piena sicurezza dei benefici derivanti dall'esercizio fisico

Le attività out-door si sono svolte secondo propensioni individuali e capacità sempre sotto il vigilante controllo di guide del CAI tecnici e medici del soccorso alpino il tutto favorendo le attività di gruppo sempre con spirito di convivialità ed allegria

Le attività in-door prevedevano: Il **Briefing Metabolico**: dopo aver scaricato i dati dai sensori gcm, sono stati analizzati, in seduta plenaria e comune, 8 di questi, scelti trasversalmente nel gruppo, con la supervisione degli specialisti e dei partecipanti tutti, analizzando le curve e le strategie insuliniche adottate, evidenziando gli errori e le strategie vincenti, e discutendo pubblicamente dei possibili cambiamenti di quelle strategie che alla luce dei dati scaricati hanno impedito una corretta gestione della glicemie. L'altra attività in-door si

è svolta dinamicamente al momento dei pasti, questi hanno rappresentato non solo un momento di convivialità ed allegria, ma anche un corso intensivo di carbocounting svolto dalla nutrizionista d.ssa Miccio con le domande e la partecipazioni attiva di tutti i presenti. Quindi dalla attività sportiva e dai pasti in compagnia attraverso le sedute pomeridiane di approfondimento e di discussione, sono nate spontaneamente quelle risposte motivazionali tipiche dell'approccio **empowerment**, legate al clima allegro e spensierato e al contempo molto partecipe e attento che ha permesso cambiamenti di modelli terapeutici errati, e la condivisione di comportamenti corretti con una migliore autogestione glicemica durante lo sforzo e quindi il raggiungimento di una **1) una migliore gestione glicemica, 2) un miglioramento delle performance sportive per chi lo ricercava. 3) un miglioramento della qualità della vita per tutti.** Conferma di questo si può avere andando a vedere sul sito [www.diabetenolimits.org](http://www.diabetenolimits.org) nella sezione diabete outdoor alla voce **Into the white 2012** dove sono stati riportati i commenti tutti entusiasti dei partecipanti.

Oggi lo sportivo con diabete tipo 1 può e deve essere messo in condizione di praticare attività fisica con ambizioni, benefici prospettive e gratificazioni pari a quelle di qualunque altro atleta o appassionato di out-door. Ad In To The White siamo riusciti a creare un rapporto di fiducia e partecipazione reciproca che spontaneamente ha messo i diabetici nelle condizioni favorevoli ad esprimere i propri bisogni ed aspettative, ed a fornire quelle risorse psicologiche motivazionali e culturali necessarie per mettere i diabetici in condizione di raggiungere gli obiettivi prefissati attraverso scelte consapevoli e condivise.

Questa foto con la allegria, la vitalità che esprime mostra chiaramente meglio di tante parole qual è il risultato dell'approccio empowerment nei pazienti diabetici. A questo punto permettetemi una considerazione: ragionando da medico penso a quanto sarebbe bello ed auspicabile, curare pazienti partecipi e presenti con lo spirito ed il corpo come questi ; d'altra parte, ragionando da paziente penso che i pazienti, tutti, come me (sottolineare il TUTTI), vorrebbero essere curati da medici che tenessero maggiormente in considerazione le loro esperienze di vita con il diabete e vorrebbero che le vostre conoscenze specialistiche fossero messe a disposizione dei loro bisogni.

Ragionando da medico sarei molto contento di curare questo paziente , e ragionando da paziente sarei molto contento di essere curato da questo medico...

L'empowerment è un approccio al paziente diabetico che può aiutare il medico a impostare con il paziente una relazione basata sulla fiducia la valorizzazione ed il rispetto reciproco, che può aiutare il medico non tanto e non solo a dare delle risposte, cosa che culturalmente e storicamente sa già fare molto bene, ma a porre delle domande, quelle domande che aiutino il paziente a trovare le sue personali risposte, e lo aiutino a prendere decisioni consapevoli sull'autogestione del diabete....

*Claudio Molaioni*

