

Il programma Diafit è preso a carico dall'assicurazione di base di tutte le casse malati.

È diretto dal Dr. Di Carlo Giampaolo, mentre il medico diabetologo responsabile è la Dr.ssa Andreani Elisabetta.

Lo staff comprende inoltre la dietista Stanglini Carlotta e l'infermiera diabetologa Riganti Roberta.

Il responsabile del corso e del programma di attività fisica è il fisioterapista Diafit Sarcinella Emanuele.

Associazione Svizzera di Diabetologia e Endocrinologia (SSED),
www.sgedssed.ch

Ulteriori informazioni le trovate sul sito: www.diafit.ch

Esperienza, qualità e multidisciplinarietà



Programma DIAOfit MONTEBELLO

“Programma di prevenzione e riabilitazione del diabete tipo II”

DIAOfit

Programma Diafit Montebello

Tertianum Turrita
Via San Gottardo 99
6500 Bellinzona
Tel. +41 91 826 21 21

diafit@fisiomontebello.ch
www.fisiomontebello.ch

 Fisioterapia Montebello Bellinzona

FISIOMONTEBELLO
FISIOTERAPIA - PREVENZIONE - RIABILITAZIONE

Via San Gottardo 99
6500 Bellinzona

A livello mondiale durante gli ultimi decenni i pazienti con il diabete Mellito Tipo II sono aumentati in maniera esponenziale a causa dell'invecchiamento, alla dieta disequilibrata e alla sedentarietà.

Il diabete Mellito Tipo II aumenta considerevolmente il rischio di malattie cardiovascolari, malattie ai reni e agli occhi, le quali nei peggiori dei casi, possono condurre alla dialisi, ad amputazioni o alla cecità.

Il programma Diafit è un ciclo di riabilitazione che prende a carico i pazienti con il diabete Mellito Tipo II e la sindrome dismetabolica, con una durata di 3 mesi (3 volte a settimana con sedute di 1 ora).

Ha lo scopo di allenare e di educare il paziente a uno stile di vita sano in modo da ridurre la comparsa del diabete Mellito Tipo II ai pazienti con l'intolleranza al glucosio e rispettivamente, per rallentare la progressione della malattia ai pazienti con diagnosi di diabete Tipo II.

Ogni settimana vengono proposte diverse attività di terapia motoria e l'obiettivo dell'allenamento è finalizzato a:

- » un allenamento aerobico
- » un rinforzo muscolare
- » esercizi di equilibrio
- » coordinazione
- » propriocezione
- » stretching
- » introduzione alle tecniche di rilassamento
- » allenamento respiratorio ed esercizi



Le attività proposte sono il cuore del programma in modo da far muovere e divertire ogni partecipante: Ergobike; MTT; walking; Nordic walking ed escursioni.

Gli obiettivi a medio e lungo termine sono un'educazione ad uno stile di vita sano:

riduzione del peso corporeo; gestione e controllo della malattia; educazione al movimento; alimentazione qualitativamente e quantitativamente adeguata.

Tutti questi obiettivi comportano una migliore qualità di vita, un aumento dell'autonomia e dell'allenamento cardiovascolare così da migliorarne la prognosi vitale e di conseguenza una riduzione dei costi delle cure.

Le attività pratiche sono affiancate da incontri d'informazione teorica che comprendono consigli su come gestire e controllare la malattia, informazioni personalizzate al movimento per sviluppare le capacità fisiche, ricevere suggerimenti sull'alimentazione e spiegazioni sui medicinali per il paziente diabetico.



Per partecipare al programma Diafit è necessaria la prescrizione medica, dopodiché il paziente viene convocato dalla Fisioterapia Montebello per procedere con la visita medica d'entrata che effettua un medico specializzato FMH in diabetologia.

L'obiettivo è ottenere uno status attuale specialistico d'entrata accompagnato da un test fisico funzionale per poter valutare la tolleranza allo sforzo e la prestazione fisica.

In seguito alle analisi il paziente svolgerà il programma di prevenzione e riabilitazione Diafit e al termine del programma saranno effettuati nuovamente la visita medica e il test fisico funzionale d'uscita.

