

IL DIABETE è una malattia cronica causata
dall'incapacità dell'organismo
di produrre o di usare in modo
debito l'insulina nel **pancreas**.



EDUCAZIONE SUL DIABETE:

Una Guida per le Attività dei Lions Clubs



Il Diabete è la principale causa di cecità per le persone di età dai 20 ai 74 anni.

Il Programma Lions di Prevenzione del Diabete è iniziato nel 1984.

Il Diabete è una malattia cronica causata dall'incapacità dell'organismo di produrre o di usare in modo debito l'insulina nel pancreas.

Due sono i principali tipi di diabete:

■ Il **Diabete di Tipo 1**, una malattia autoimmune, è anche denominata diabete giovanile. I ricercatori ritengono che fattori genetici e ambientali contribuiscono a questo tipo di diabete. Il diabete di Tipo 1 si verifica più spesso nei bambini e nei giovani.

■ Il **Diabete di Tipo 2**, una disfunzione metabolica, è il tipo di diabete nel 90-95% dei casi di diabete.

Recentemente, c'è stato un aumento dei casi di diabete di Tipo 2, specialmente tra i giovani. I ricercatori hanno notato che l'80% circa delle persone affette da diabete di Tipo 2 sono di peso superiore al normale. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) prevede che entro il 2025 ci sarà un aumento del 100% dei casi a livello mondiale dovuto a:

- popolazione in età avanzata
- obesità
- dieta incorretta
- mancanza di esercizio fisico

A meno che non si cambi il tenore di vita, con tutta probabilità 300 milioni di persone diventeranno diabetici. Le popolazioni più a rischio sono quelle dell'India, Cina, Stati Uniti, Russia, Giappone, Brasile, Indonesia, Pakistan, Messico e Ukraina.

Notizie sul Diabete

Esiste ora un nuovo test per l'esame del sangue, denominato "*hemoglobin A1c test*". Questo semplice esame di laboratorio, che viene effettuato dal personale sanitario, registra la media dello zucchero nel sangue durante gli ultimi tre mesi.

I ricercatori hanno anche scoperto un collegamento tra il diabete e la pressione alta del sangue e l'alto colesterolo e dagli studi fatti si è visto che i diabetici sono due volte più a rischio di subire un infarto o una trombosi.

Si consiglia che le persone a rischio di contrarre il diabete di Tipo 2:

- effettuino l'hemoglobin A1cTest;
- controllino la pressione del sangue;
- mantengano bassi livelli di bassa-densità lipoproteina (LDL) o "cattivo colesterolo."

I Lions possono fornire assistenza

Novembre è il *Mese Lions per l'Educazione sul Diabete*. L'Organizzazione Mondiale della Sanità e la Federazione Internazionale per il Diabete hanno dichiarato il 14 novembre la Giornata Mondiale del Diabete.

La dichiarazione della missione del Programma Lions di Prevenzione del Diabete è:

Svolgere ed appoggiare le iniziative locali e su vasta scala tese al controllo ed alla cura del diabete e delle sue complicazioni tramite l'educazione, la prevenzione e le ricerche.

I Lions possono fornire assistenza in tre modi:

1. educare il pubblico con informazioni sui sintomi del diabete;
2. fornire assistenza ai diabetici;
3. appoggiare le ricerche sul diabete.

Organizzare progetti per il diabete

I Lions dovrebbero iniziare a programmare progetti per il diabete rivolgendosi al Presidente del Comitato Distrettuale per la Prevenzione del Diabete il quale sarà senz'altro a conoscenza dei programmi locali e regionali per il diabete. Si consiglia che questo Lion serva nei comitati di prevenzione del diabete a livello statale o regionale.

Insieme, i Presidenti di Comitato Distrettuale e di Club per il Diabete possono organizzare validi programmi per il diabete, per esempio:

- partecipare ad un programma per il diabete già esistente
- organizzare un nuovo progetto comunitario in collaborazione con altre organizzazioni che s'interessano del diabete;
- organizzare un nuovo programma per il diabete Lions.

Prima di organizzare un progetto, i Lions dovranno:

- **Valutare le esigenze della comunità.** Ha la comunità una vasta fascia della popolazione "a rischio" (persone anziane, di peso superiore al normale o appartenenti a specifici gruppi etnici)? È il diabete prevalente nella comunità? Qual'è il modo migliore di assistere queste persone?
- **Collaborare con le organizzazioni locali che s'interessano del diabete.** Rivolgetevi ad enti del governo, a fondazioni per il diabete o ad ospedali. Suggeste la possibilità di collaborare in programmi di educazione sul diabete o in campagne di raccolta di fondi.
- **Determinare qual'è il migliore progetto per il diabete nella vostra comunità.** Le leggi locali riguardanti l'assistenza sanitaria potranno influire sulla scelta dei vostri progetti per il diabete.
- **Preparare un programma.** Includete le procedure da seguire ed i costi per la realizzazione del progetto. Presentate il programma al club per l'approvazione.

Finanziamento dei progetti per il diabete

I multidistretti ed i distretti sub Lions potranno richiedere alla Fondazione Lions Clubs International (LCIF) i sussidi Core 4 per la realizzazione di progetti per la prevenzione e la cura del diabete. Il programma dei sussidi Core 4 ha avuto inizio nel 1998.

Qui di seguito sono riportati alcuni dei primi sussidi Core 4 per il diabete accordati dalla LCIF:

- Un sussidio è stato conferito ad aprile 2000 ai Lions del Distretto Multiplo 27 (Wisconsin, USA). Questo sussidio ha permesso ai Lions di organizzare, in collaborazione con le associazioni locali per il diabete, corsi di gestione del diabete, esami del glucosio e riferimenti a medici specializzati.

Il sussidio è stato usato anche per organizzare seminari sul diabete tesi a mettere in risalto l'importanza della giusta dieta e dell'esercizio fisico. Il sussidio Core 4 ha anche finanziato un campo per bambini diabetici.

- Un sussidio è stato conferito a giugno 2001 ai Lions del Distretto Multiplo 38 (Nebraska, USA). Questo sussidio ha permesso di finanziare 11 corsi di educazione sul diabete in Spagnolo.

Nei prossimi quattro anni i Lions hanno in programma di realizzare il programma in 20 altre località del Nebraska. In ogni località, i Lions locali collaboreranno con un centro medico. Si stima che 100-150 persone saranno sottoposte ad esami; 25-100 persone parteciperanno a seminari educativi e 6-25 professionisti completeranno un corso di addestramento sulla gestione del diabete.

Informazioni sui Sussidi Core 4 sono disponibili tramite l'Ufficio Sussidi della LCIF presso la Sede Centrale o il sito Web: www.lcif.org.

Progetti per il diabete Lions di successo

Alcuni progetti Lions per il diabete hanno lo scopo di educare il pubblico sui sintomi del diabete; altri fanno fronte ai bisogni dei diabetici.

■ **Brasile** – I Lions del club San Paulo (Belem) hanno acquistato un'unità mobile per effettuare esami del diabete, della vista, dentistici e del sangue.

■ **Canada** – A Manitoba, John McCourt, Presidente del Comitato Prevenzione del Diabete del Distretto 5M-13 ha organizzato 45 gruppi di supporto per i diabetici.

■ **India** – I Lions del Distretto 324-A1 hanno partecipato ad una camminata per sensibilizzare il pubblico sui pericoli del diabete.

■ **USA** – Daphne Hall, Presidente del Comitato Prevenzione del Diabete del Distretto 20-K1 (New York) ha diramato informazioni sul diabete durante le cerimonie domenicali nelle varie chiese della località.

■ **USA** – Nel Minnesota, USA, i Lions di St. Paul (Midway) hanno donato US\$9.000 ad un centro per il diabete per educare sul diabete coloro che provengono dall'Asia Sud-Orientale, ed i Lions del Distretto 5M-6 hanno aperto un Fondo per il Diabete di US\$30.000 per aiutare finanziariamente i diabetici privi dell'assicurazione medica.

■ **Svezia** – I Lions del Distretto 101-SM organizzano ogni anno un campo per adolescenti diabetici. Una delle attività del campo è lo sci. I giovani sono informati sull'importanza di regolare la dieta e l'insulina quando si effettuano sport rigorosi.

■ **Zambia** – I Lions di Kitwe hanno sponsorizzato un campo medico per diagnosticare e curare il diabete, la malaria, l'ipertensione e le infezioni del tratto respiratorio.

Idee per altri progetti per il diabete

■ In occasione di manifestazioni sanitarie, riunioni per anziani e festival della comunità, distribuire informazioni sui fattori considerati "a rischio" ed i sintomi del diabete. La Sede Centrale ha opuscoli informativi in 11 lingue. Informazioni sul diabete sono anche reperibili tramite organizzazioni sanitarie locali, statali e nazionali, quali il Programma Nazionale per l'Educazione sul Diabete degli USA o l'Associazione Americana per il Diabete.

- Organizzare forum, seminari o sessioni sul diabete, che includono conferenze da parte di professionisti nel campo medico, sessioni informative per colleghi di lavoro o seminari sul diabete durante i congressi Lions distrettuali o multidistrettuali.
- Svolgere opera di volontariato in occasione di esami sul diabete, programmi educativi o campagne di raccolta di fondi presso ospedali, cliniche del diabete o centri di ricerca.
- Donare fondi ad ospedali o cliniche per l'acquisto di attrezzature mediche per diabetici.
- Fornire assistenza ai diabetici con limitati mezzi finanziari. I clubs possono assistere per l'acquisto di medicine, attrezzature mediche, procedure mediche o educazione nella gestione del diabete.
- Dare modo ai diabetici di partecipare a campi per diabetici.
- Donare libri sul diabete, compresi i libri di cucina, alle biblioteche. Negli Stati Uniti i Lions possono acquistare una serie di 10 libri tramite l'Associazione Americana per il Diabete.
- Iniziare una campagna di sollecitazioni epistolari al governo per appoggiare le ricerche sul diabete.
- Aggiungere il gonfalone sulla prevenzione del diabete al vostro sito Web.

Pubblicizzate il vostro progetto per il diabete

Diramare ai media le notizie sui progetti di servizio svolti dai Lions per il diabete è un altro modo di educare il pubblico.

I Presidenti di Comitato Pubbliche Relazioni sono incoraggiati ad inviare ai media informazioni dettagliate sui progetti per il diabete molto tempo prima delle manifestazioni invitandoli anche a partecipare. Comunicati stampa devono essere inviati per posta o e-mail specificando l'ora, la data e la località del progetto.

Al completamento del progetto, copia della relazione sul progetto con su riportato il numero di persone che hanno beneficiato dell'iniziativa dovrà essere inviata ai rappresentanti dei media.

Premio per l'Educazione sul Diabete

Ogni anno, un Lions club che si è particolarmente distinto in ogni distretto può ricevere il *Premio Nuovi Orizzonti nell'Educazione sul Diabete*. Tale premio è disponibile tramite il Governatore Distrettuale.

Risorse per l'educazione sul diabete

- Sito Web Lions – www.lionsclubs.org
- *Segnalibro sul diabete* (IAD-161)
- *Opuscolo sul diabete* (IAD-162)
- *Manuale Distrettuale per la Prevenzione del Diabete: ad uso dei Lions clubs* (IAD-165), disponibile tramite il Dipartimento Sviluppo Programmi presso la Sede Centrale.
- *Programma Lions di Assistenza Oculistica (LEHP)*, informazioni disponibili tramite la LCIF.

L'Associazione collabora con:

- Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) – ente delle Nazioni Unite responsabile dell'assistenza pubblica in campo internazionale. **www.who.org**
- Programma Nazionale per l'Educazione sul Diabete degli USA – incoraggia i diabetici a controllare i livelli di zucchero nel sangue tramite la corretta dieta e l'esercizio regolare. **www.ndep.nih.gov**
- Associazione Americana per il Diabete (ADA) – svolge il Programma Lions SightFirst di Ricerche sul Diabete. Dal 1982, la LCIF ha elargito sussidi dell'importo di US\$6 milioni per le ricerche sulla retinopatia diabetica. **www.diabetes.org**
- Programma Nazionale di Educazione ed Assistenza Oculistica degli USA – ha organizzato il programma di assistenza oculistica LEHP finanziato dalla LCIF. **www.nei.nih.gov**

Addizionali organizzazioni per il diabete

- Organizzazioni Globali per il Diabete – 88 organizzazioni per il diabete in ogni parte del mondo. **www.childrenwithdiabetes.com/camps/**
- *Federazione Internazionale per il Diabete (IDF)*. Organizzazione non governativa ufficialmente collegata all'OMS e all'Organizzazione Sanitaria Panamericana che promuove gli interessi dei diabetici e degli enti assistenziali. **www.idf.org**
- *Salute Globale* **www.globalhealth.gov**
- *Bambini Diabetici* – include le località di campi in Australia, Canada e Stati Uniti. **www.childrenwithdiabetes.com/camps/**
- *Associazione di Campi per Diabetici (DCA)* **www.diabetescamps.org**
- *Fondazione per le Ricerche sul Diabete Giovanile (JDRF)* **www.jdrf.org**
- *Istituto Nazionale del Diabete e delle Disfunzioni dell'Apparato Digestivo e Renale (NIDDK)* **www.niddk.nih.org**
- *Associazione Italiana Lions per il Diabete (AILD)* **www.lions.it/aild**
- *Università Americana di Chirurghi degli arti inferiori (ACFAS)* – organizzazione che effettua esami degli arti inferiori in concomitanza agli esami del diabete effettuati dai Lions. **www.acfas.org**

Per ulteriori informazioni sul diabete, rivolgetevi a:

Dipartimento Sviluppo Programmi
Lions Clubs International
300 @. 22nd Street
Oak Brook, Illinois 60523-8842 USA
Telefono: 630-571-5466
Fax: 630-571-8890
E-mail: executiveservices@lionsclubs.org
Sito Web: www.lionsclubs.org



**LIONS CLUBS INTERNATIONAL
300 W 22ND ST
OAK BROOK IL 60523-8842 USA**