"DIABETE E OBESITÀ TRA EDUCAZIONE E STILE DI VITA"
29 maggio 2026 Grand
Hotel Balestrieri Torre
Melissa - Crotone

PROGRAMMA SCIENTIFICO

ore 13.30-Registrazione partecipanti

ore 14.00-Saluti Istituzionali ed Introduzione ai lavori:
Dott.ssa Maria Bitonti, Presidente OSDI Calabria- Dott. Salvatore Pacenza

SESSIONE TEORICA

Moderatori: **MARIA BITONTI-ANTONELLA DE VONA- CLAUDIA LAMBERTI**

ore 14.15- *Diabete e obesità oggi* -***Maria Giovanna. RIZZO***

- Gestione integrata tra alimentazione, terapie farmacologiche innovative e prevenzione delle complicanze ore

15.15- Confronto in plenaria

ore 15.30-*Mangiare bene per vivere meglio: alimentazione e diabete* – ***Gabriella. VIOLI***

- Promuovere una corretta alimentazione come parte dello stile di vita sano.
- Favorire la prevenzione e la gestione del Diabete mellito di tipo 2.
- Sensibilizzare all'importanza delle scelte alimentari consapevoli per la salute.

ore 16.00-Confronto in plenaria

ore 16.15-*Supporto tecnologico nella gestione del diabete*-***Luigia MILANO***

- Tecnologie per il diabete: sensori glicemici e app per la gestione di carboidrati

ore 16.45-Confronto in platea

SESSIONE PRATICA

Moderazione: **MARIA BITONTI - MARISABELLA LOPEZ**

ore 17.00-*Attività fisica: una terapia per la salute* -***Raffaella FIORENTINO***

- Comprendere il ruolo dell'attività fisica come parte integrante della terapia.
- Riconoscere i principali rischi legati all'esercizio fisico (ipoglicemia, iperglicemia).
- Applicare le raccomandazioni di sicurezza prima, durante e dopo l'attività fisica.

ore 17.30-Confronto in plenaria

ore 18.00 -Il movimento come terapia: laboratorio pratico di attività fisica - ***Gianmarco SCALESE***
ore 18.15-Struttura del laboratorio:

- Riscaldamento adattato (10')
- Esercizio aerobico a bassa intensità (camminata/step) (20')
- Esercizi di forza a corpo libero (20')
- Esercizi di forza con elastici (20')
- Defaticamento e stretching (20')

ore 19.30-Feedback finale con i partecipanti
Questionario ECM

Ore 20.00 fine dei lavori