

**Formare e Informare con il pomeriggio dedicato al piede diabetico:  
“OGNI PASSO CONTA: proteggi i tuoi piedi dal diabete”**

Il piede costituisce un sistema complesso la cui funzione dipende dalla perfetta integrazione tra muscoli, ossa, articolazioni, vasi sanguigni e nervi.

Si parla di piede diabetico quando sia la struttura sia la funzione del piede sono compromessi a causa delle alterazioni indotte dalla patologia a carico di vasi sanguigni, nervi e apparato muscolo-scheletrico degli arti inferiori.

Nella malattia diabetica è importante seguire uno stile di vita adeguato, mangiare cibi sani, praticare esercizio fisico regolare e sottoporsi periodicamente ai controlli indicati dal medico. Come per le altre complicanze del diabete, anche il piede diabetico richiede un'efficace prevenzione e una diagnosi precoce dei segni e sintomi a carico del piede.

Per questo motivo le linee guida italiane AMD-SID (Associazione Medici Diabetologi- Società Italiana di Diabetologia) indicano che le persone con diabete devono:

- *essere sottoposte a un esame completo del piede*, almeno una volta all'anno. Nelle persone ad elevato rischio (per l'età e/o la presenza di altre malattie) l'ispezione dei piedi deve essere effettuata con frequenza maggiore;
- *poter accedere a un programma educativo sul piede diabetico*;
- *ricevere consigli e se necessaria prescrizione di plantari su misura e calzature adatte*, predisposte per proteggere il piede e per ridurre i picchi di pressione a livello della pianta del piede.

In questo modo si attua, oltre alla prevenzione, una prima fase terapeutica, per cui si parla di “*terapia ortesica*”, che rappresenta il primo intervento utilizzabile ed efficace nelle persone in cui si evidenzia il rischio di ulcere. Queste soluzioni sono anche di aiuto nella prevenzione del rischio di caduta.

Questo è un problema tanto importante quanto sottovalutato e per questo, l'Associazione Diabetici Valle d'Aosta ADVA, in collaborazione con il **Dottor Lucio Zingarelli** - Farmacista e Tecnico Ortopedico - e il **Dottor Antonio Ciccarelli** - Specialista in Endocrinologia e Malattie del Metabolismo e Responsabile SS Dietologia e Nutrizione Clinica AUSL VDA - affronteranno la tematica con un pomeriggio dedicato. Moderatrice dell'evento sarà la **Dottorssa Emma Lillaz**, Responsabile SS Ambulatori Polispecialistici della SC Medicina interna AUSL VDA.

L'evento “OGNI PASSO CONTA: proteggi i tuoi piedi dal diabete” sarà un pomeriggio di prevenzione, formazione e sensibilizzazione **aperto al pubblico** e si svolgerà **martedì 22 Luglio 2025** presso la Sala della BCC di Aosta in Via Garibaldi dalle ore 17.30. Per info: **349 5879544**.