

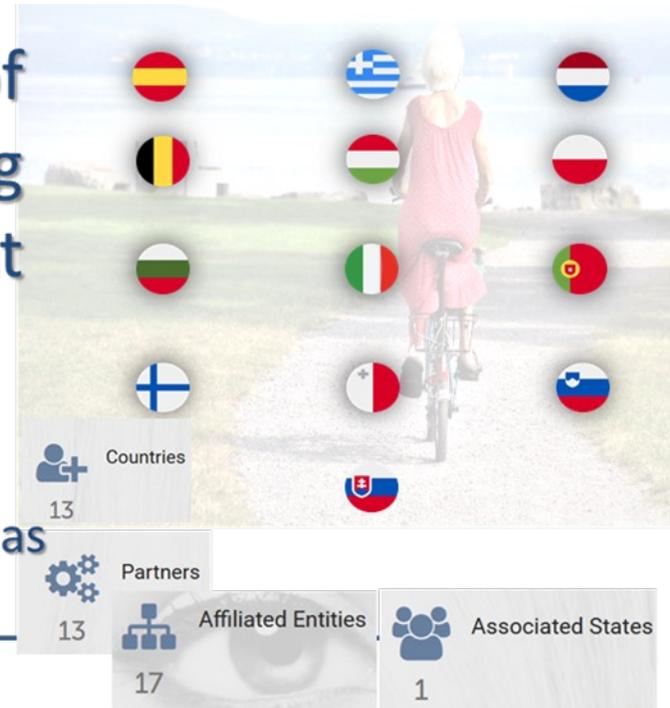
Care 4 Diabetes: Reducing the burden of non-communicable diseases by providing a multidisciplinary lifestyle treatment intervention for type 2 diabetes

(Feb 2023 – Jan 2026)

Coordinator:

Consejería de Salud del Gobierno del Principado de Asturias

<https://c4djointaction.eu/>



DIPARTIMENTO
MALATTIE CARDIOVASCOLARI,
ENDOCRINO-METABOLICHE
E INVECCHIAMENTO

ISS, BEN (CA appointed by MoH)

WP Leader for WP5 (preparatory actions, digital platform) and WP7 (aftercare phase of the pilots)



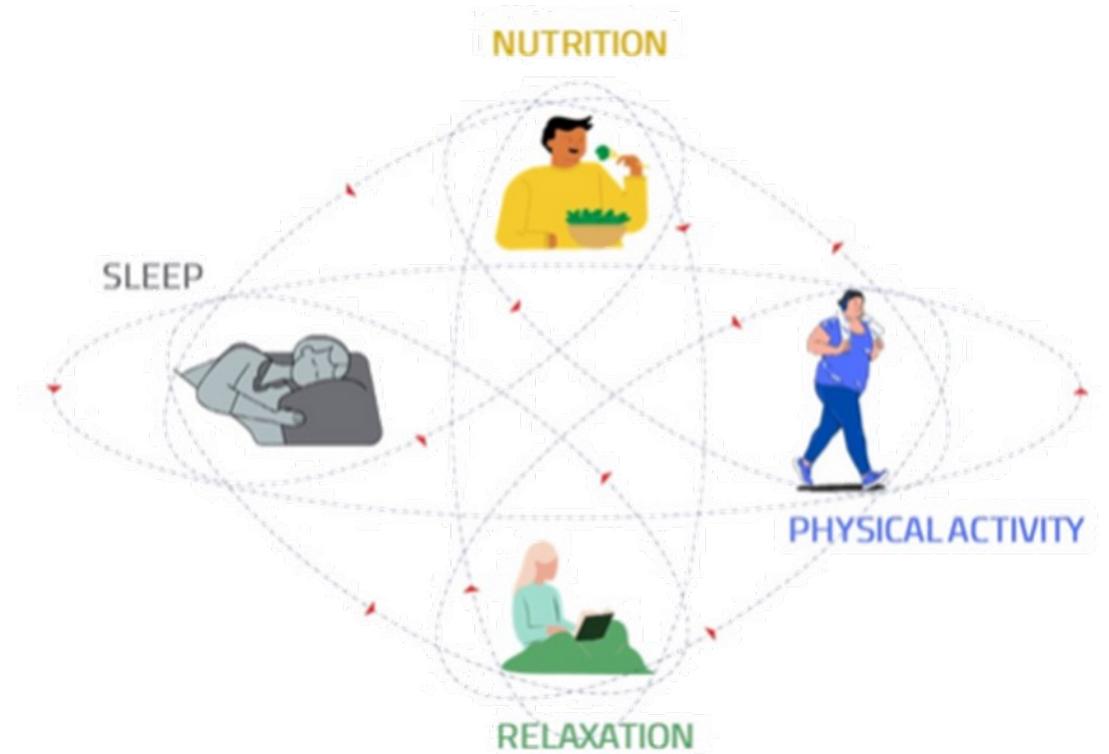
AE



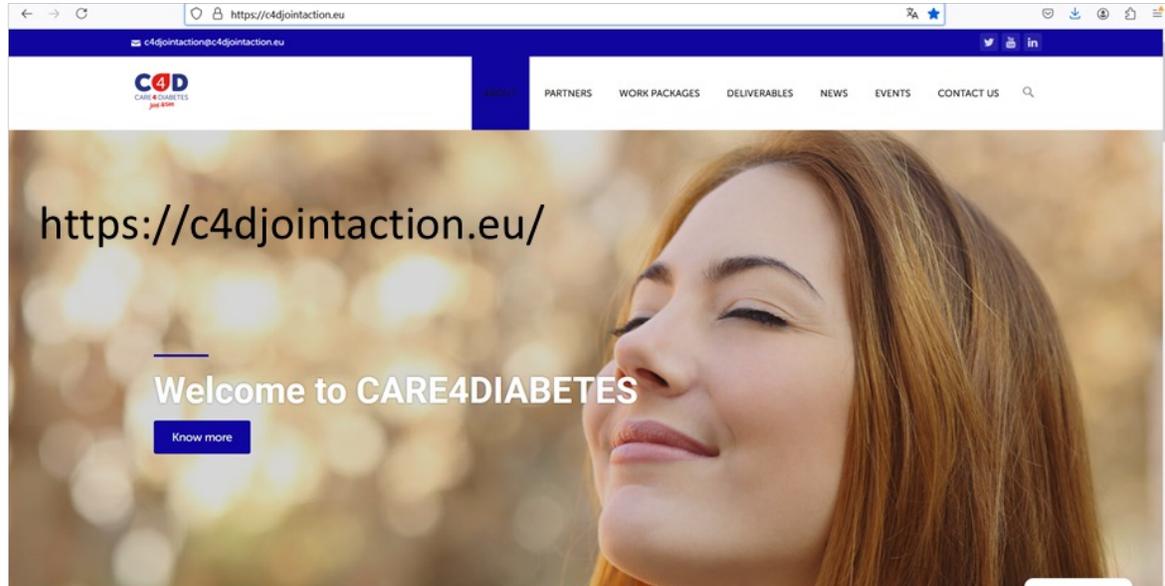
C4D → adoption/adaptation of the EU Best Practice «Reverse Diabetes 2 Now»



WHAT



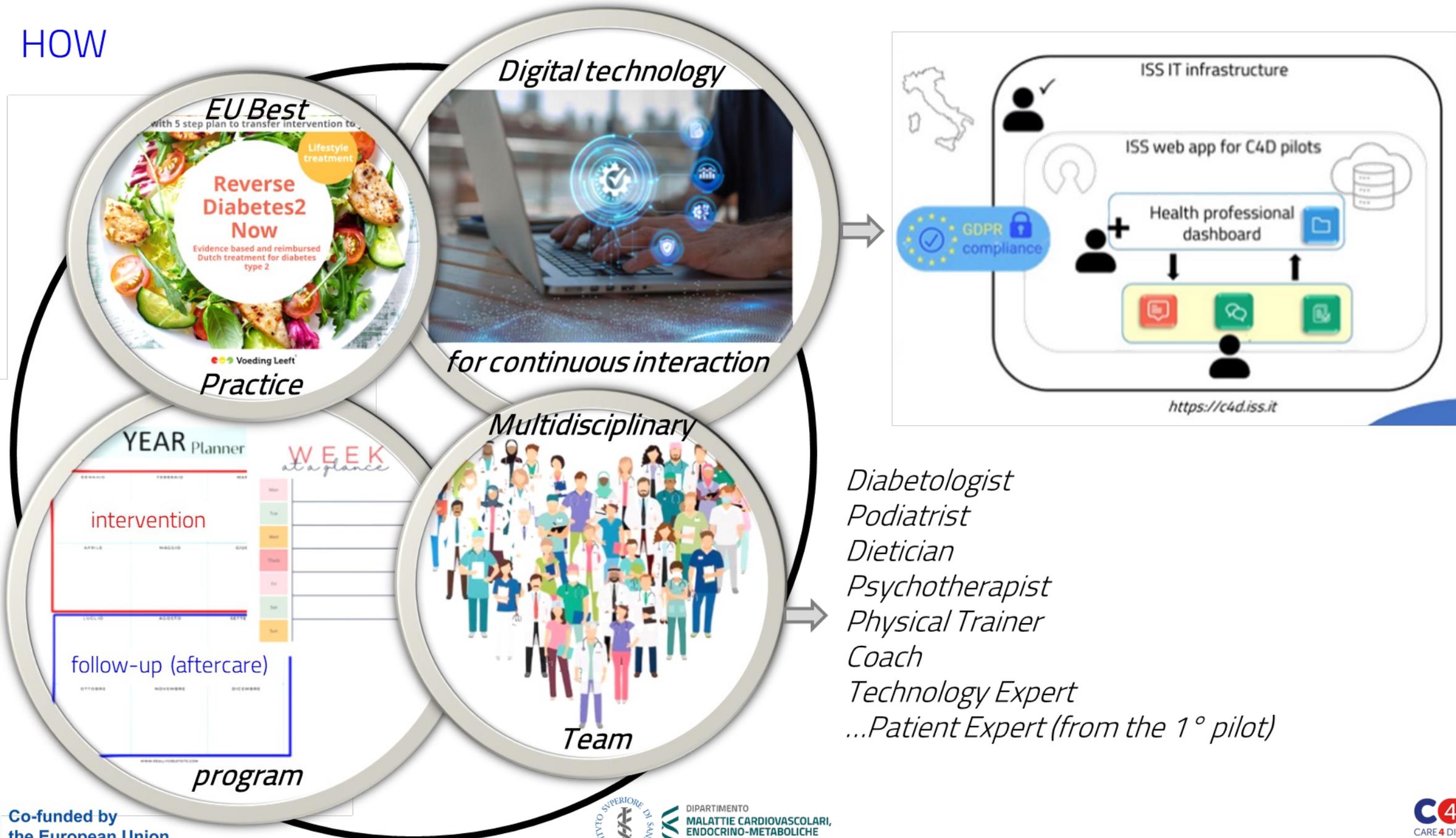
[ISS digital platform: <https://c4d.iss.it>]



Programme pillars:

- motivation
- nutrition
- exercise
- sleep
- relaxation
- work in presence & online
- social interaction (online community)

HOW



IL PROGRAMMA C4D-ITALIA:

- 60 partecipanti (T2, 40-70 anni)
- 2 cicli (20 + 40)
- ciclo 1: gennaio 2024 – gennaio 2025
- ciclo 2: ottobre 2024 – ottobre 2025

ciclo 1

- intervento: gennaio – luglio 2024
- follow-up: luglio 2024 – gennaio 2025
- elevata aderenza
- buoni feedback
- risultati clinici incoraggianti

Se hai: diabete di tipo 2 da almeno 1 anno (e non più di 10); età tra 40 e 70 anni; BMI tra 25 e 35kg/m² e sei seguito in uno dei centri proponenti...

PARTECIPA AL PROGRAMMA C4D-Italia

per migliorare la gestione del tuo diabete e la tua qualità di vita attraverso cambiamenti di comportamenti e abitudini



NUTRIZIONE SANA ED EQUILIBRATA

L'approccio alimentare proposto si basa su evidenze scientifiche e sull'esperienza del team. L'obiettivo è sviluppare consapevolezza e adottare abitudini alimentari appropriate per contrastare il diabete.

ATTIVITÀ FISICA

Anche se moderata, insieme alla nutrizione, una delle armi migliori per contrastare il diabete. Il programma fornisce motivazioni e suggerimenti per muoversi meglio e di più.

RIPOSO NOTTURNO

Esiste un legame importante tra qualità del sonno e diabete. Il programma condivide informazioni e consigli per migliorare il riposo notturno.

I PILASTRI DEL BENESSERE

RILASSAMENTO

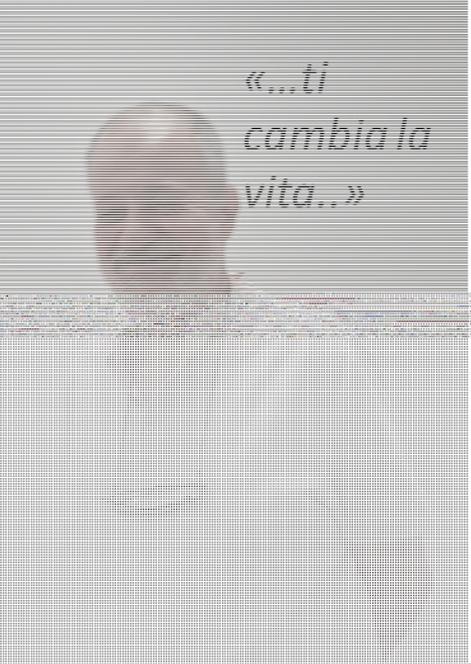
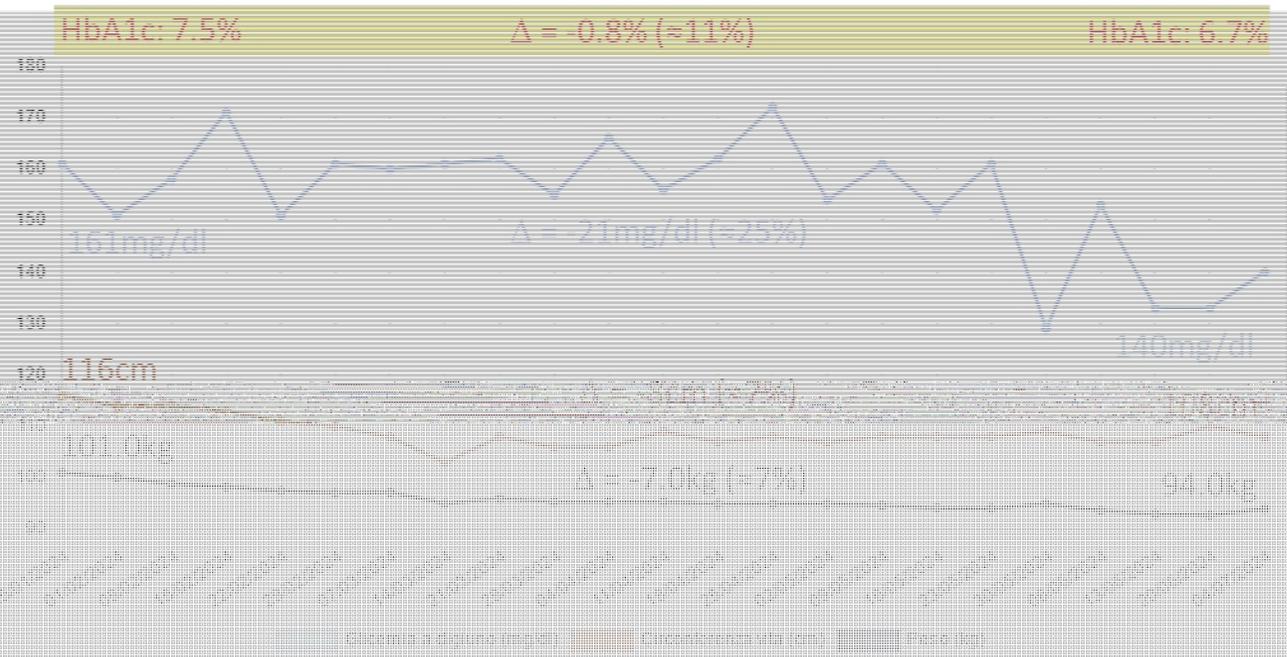
Lo stress incide negativamente non solo sul benessere ma anche sul diabete. Il programma offre approfondimenti e attività per migliorare la gestione dello stress.

Il programma, che si basa sulla Buona Pratica Europea riconosciuta «ReverseDiabetes2Now» (<https://webgate.ec.europa.eu/dyna/bp-portal/best-practice/391>), sarà svolto in 12 Paesi Europei contemporaneamente e coinvolgerà 860 persone con diabete di tipo 2 (<https://c4djointaction.eu/>).

Il percorso durerà un anno e prevederà quattro giorni in presenza e l'uso di una piattaforma digitale con informazioni, suggerimenti, raccomandazioni e interessanti attività online. Oltre al tuo diabetologo, ti seguirà un team multidisciplinare di esperti.

C4D-Italia: PRENDIAMOCI CURA DEL DIABETE DI TIPO 2

«Il Programma C4D..»



«...ti aiuta a convivere con il diabete..»

C4D per esplorare:

- fattibilità
 - utilità
 - scalabilità
 - sostenibilità

seguiteci sui canali social ISS

iss_social · Segui già

Al via il programma C4D-Italia, il primo studio pilota italiano del progetto europeo C4D – Care for diabetes, finalizzato a promuovere la migliore gestione del diabete di tipo 2 e delle sue complicanze attraverso l'adozione di corretti stili di vita soprattutto in relazione a nutrizione, esercizio fisico, stress e qualità del sonno.

Lo Studio, che coinvolge 13 paesi europei, ha come capofila in Italia l'Istituto Superiore di Sanità

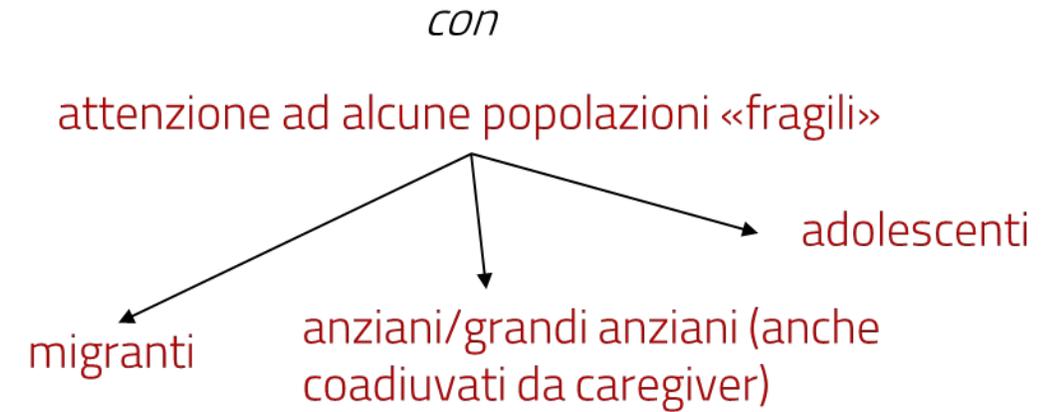
Il progetto si propone di indurre comportamenti salutari nei pazienti

#EU4Health
#HealthUnion
#kickoffC4D

Piace a 236 persone
5 febbraio

oltre C4D: «la sfida» in JACARDI

studio pilota ISS
(WP9 «Integrated care pathway»)



Grazie!