

P78

CONSAPEVOLEZZA E GESTIONE DELLE EMOZIONI NELLA FORMAZIONE DI GRUPPO ALLA GESTIONE DELLA TERAPIA INTENSIVA PER DIABETICI TIPO 1: UN PROGETTO PILOTA.

V. Turra, A. Girelli, B. Agosti, L. Rocca, G. Grazioli, A. Cimino, U. Valentini.

Unità Operativa di Diabetologia, Azienda Spedali Civili, Brescia.

Premessa. La componente emotiva gioca un ruolo molto rilevante nella gestione della malattia. Nelle persone con diabete inoltre è alto il livello di alessitimia (non riconoscimento delle emozioni)

Scopo. Strutturare nel percorso educativo collettivo all'autogestione della terapia insulinica per diabetici tipo 1 obiettivi finalizzati al miglioramento della consapevolezza e della gestione delle emozioni legate alla malattia.

Casistica e metodi. Abbiamo effettuato un corso pilota di 5 incontri di due ore e mezzo ciascuno, gestito da medico, psicologo e dietista. Al corso hanno partecipato 7DMT1 (F6/M1, età media 39 ± 13 aa, durata diabete 15 ± 8 aa, ultima HbA1c media 58 ± 14 mmol/mol). Il corso, svolto secondo l'usuale protocollo pedagogico, prevede l'intervento dello psicologo per approfondire quegli spunti emotivi che avessero un rapporto con la malattia. Un incontro specifico è stato dedicato al riconoscimento delle emozioni e all'utilizzo dell'abc cognitivo, uno strumento per imparare a riconoscere i propri pensieri automatici, interpretazioni ed emozioni nei confronti di quanto ci accade ed è stato dato da compilare a casa ogni giorno. Sono stati somministrati questionari per verificare le conoscenze, i comportamenti riferiti alla gestione della T1D, la qualità di vita (ADDQL), la soddisfazione al trattamento (DTSQ), depressione (BDI), ansia (STAI) e alessitimia (TAS-20).

Risultati. 5 hanno riconsegnato i test conclusivi, la partecipazione agli incontri è stata dell'88,57%. La partecipazione al lavoro del gruppo era intensa, attiva e con una forte interazione tra i partecipanti soprattutto rispetto all'aspetto emotivo di situazioni e reazioni legate alla malattia. L'esiguità numerica del campione ha permesso di condurre un'analisi statistica di limitata rilevanza. Risulta un trend positivo nelle conoscenze e comportamenti riferiti; un trend positivo particolarmente evidente per quanto riguarda la soddisfazione del trattamento e della qualità della vita, maggiore riconoscimento emotivo, miglioramento della depressione.

Conclusioni. L'esperienza avvalorava l'ipotesi che la componente emozionale giochi un ruolo determinante nella gestione del diabete e che sia necessario sviluppare strumenti e modalità di lavoro che migliorino la capacità del paziente di identificare e gestire le reazioni emotive che interagiscono con il controllo della malattia. L'esperienza pilota ci ha stimolato a progettare un corso dove vengano corrette le criticità: tempi e approfondimenti psicoemotivi.

