

CONGRESSO CONGIUNTO SID-AMD



DIABETOLOGIA



GENOVA
15 NOVEMBRE
2025

EVOLUZIONE, SFIDE E NUOVI ORIZZONTI



DIABETOLOGIA OGGI : EVOLUZIONI , SFIDE E NUOVI ORIZZONTI

Genova , 15 novembre 2025

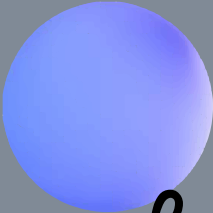


Il cibo come farmaco : ruolo di dieta e nutraceutici nella prevenzione del diabete



Dott. Florio Cocchi
Specialista in Scienza dell'Alimentazione
Convenzionato SSN per la Medicina Generale

Genova



«O Maria, ti chiedo con tutto il cuore che
tu mi faccia passare il diabete»

Tratto da:

«Diabete Dolce Amaro»



Prof. Renzo Cordera



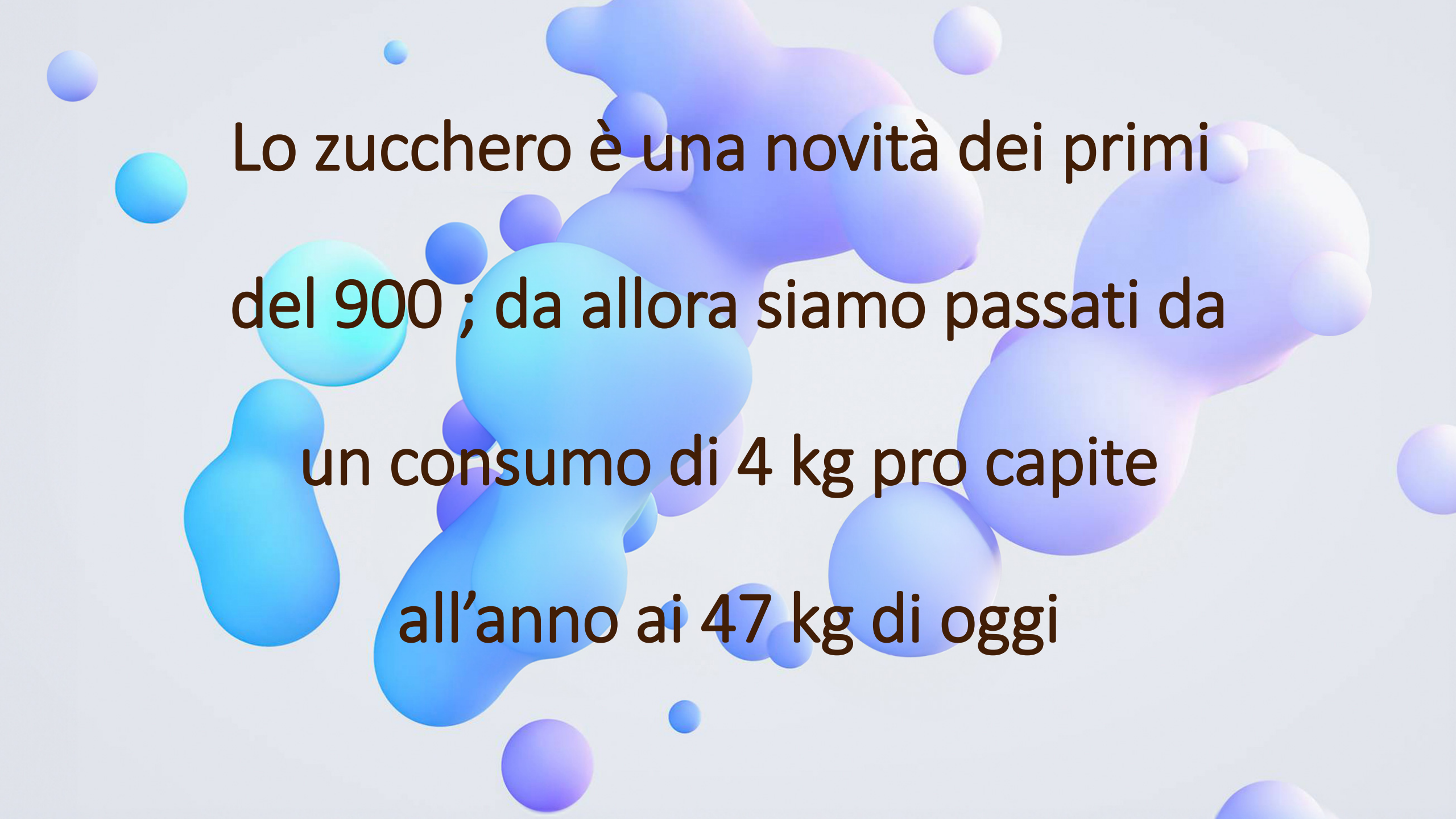
La Sindrome Metabolica



- È un insieme di fattori di rischio **cardiovascolari** che predispongono all'insorgenza di malattie cardiovascolari (CVD) e alle loro complicanze (non è una singola malattia).
- **Colpisce circa il 20-25% della popolazione**
- I pazienti affetti da sindrome metabolica presentano un rischio aumentato di 2-3 volte rispetto alla popolazione generale di sviluppare complicanze cardiovascolari e ictus.
- **L'insulino-resistenza, l'obesità centrale, la dislipidemia aterogena, l'ipertensione, lo stato proinfiammatorio e lo stato protrombotico sono considerati componenti chiave della Sindrome Metabolica.**



aumento incidenza della malattia
dell'1,1 % indipendentemente
dalla sedentarietà
per ogni incremento calorico
quotidiano di 150 Kcal di zucchero
(il contenuto di una bibita in lattina)



Lo zucchero è una novità dei primi
del 900 ; da allora siamo passati da
un consumo di 4 kg pro capite
all'anno ai 47 kg di oggi

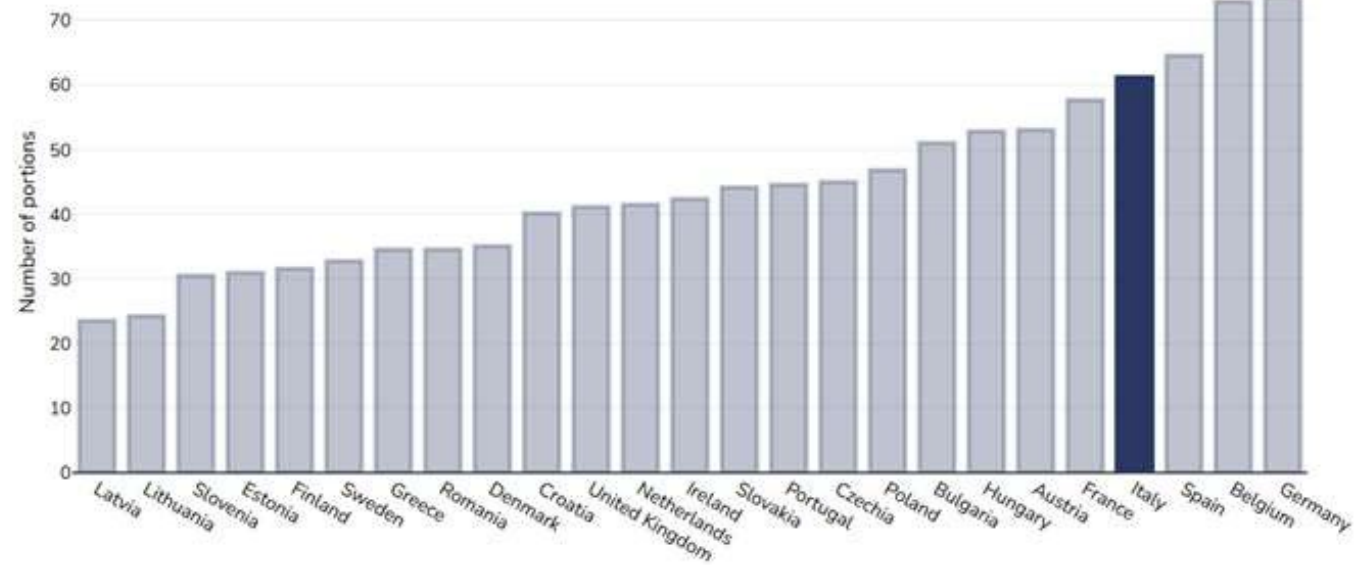
The background features a large, abstract, organic shape on the left side, rendered in shades of blue and purple with a soft gradient. This shape has several smaller, rounded protrusions. Scattered across the light blue background are numerous small, semi-transparent spheres in various sizes, also in shades of blue and purple, creating a bubbly, ethereal effect.

**5% rapporto energetico
quotidiano**

Estimated per capita sugar sweetened beverages intake ▼

Adults, children and 0-5 years ▼

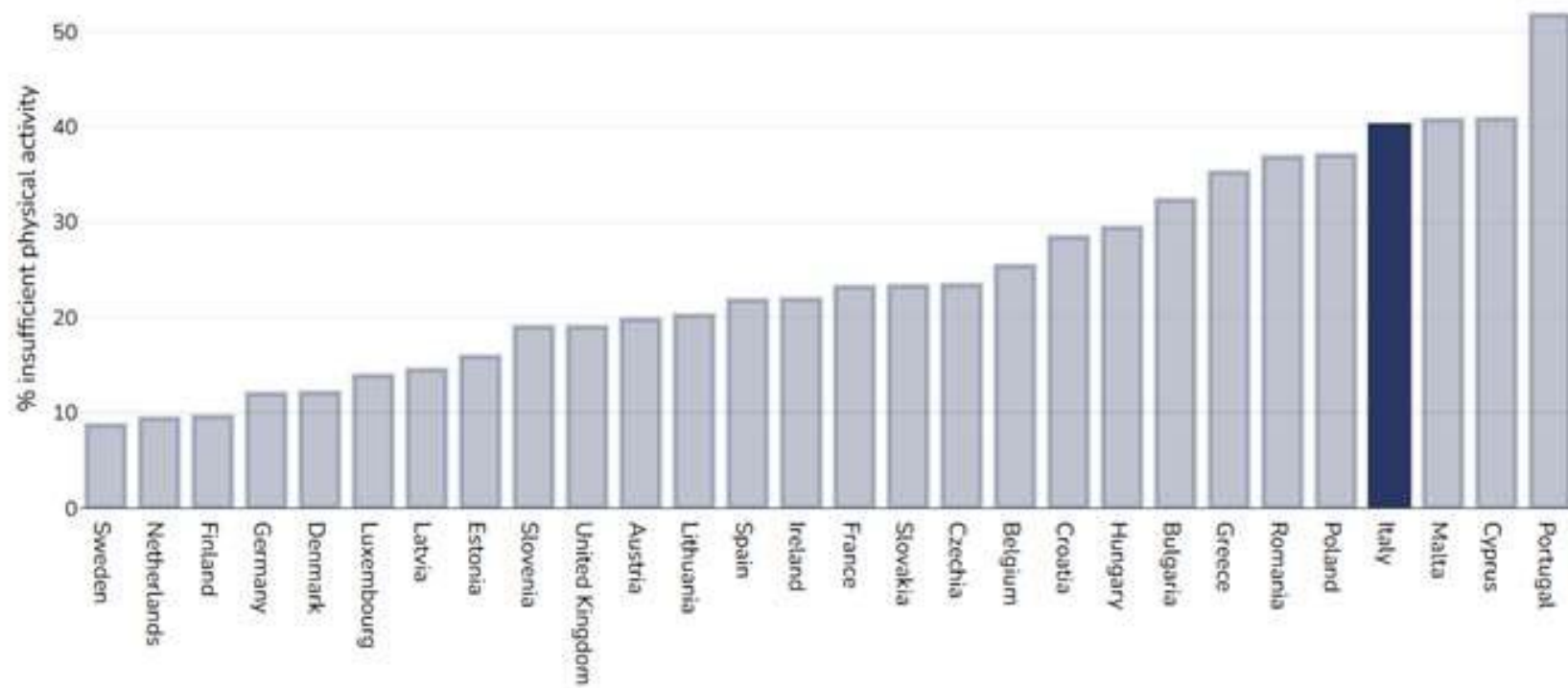
Estimated per capita sugar sweetened beverages intake



Insufficient physical activity ▼

Adults, children and 0-5 years ▼

Insufficient physical activity

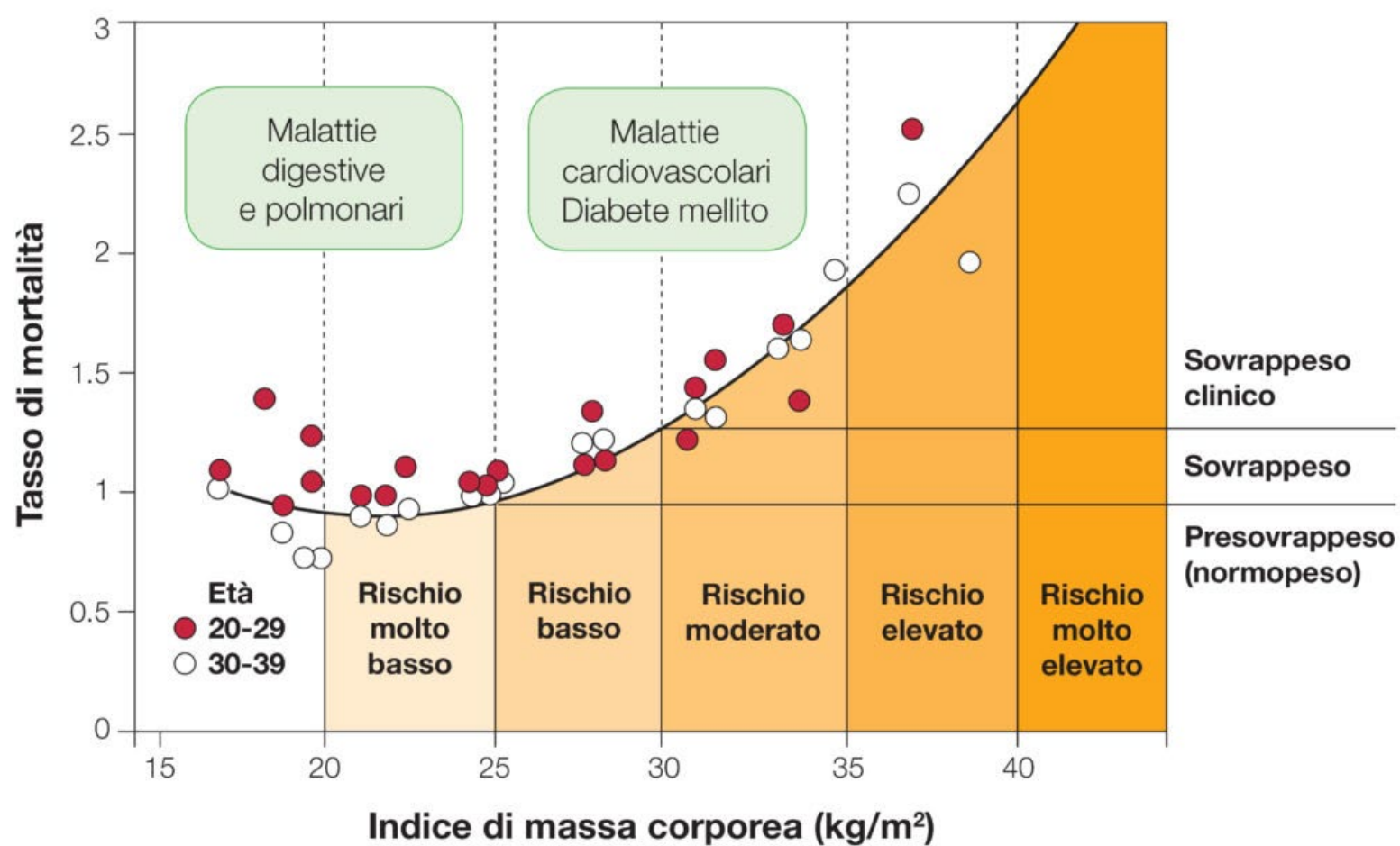


Quali sono i pazienti a rischio?



- **Circonferenza addominale superiore a 80 cm per la donna e 94 cm per l'uomo**
- **BMI superiore a 25**
- Soggetti di sesso femminile che abbiano partorito neonati macrosomici (con peso superiore a 4 kg)
- Ipertesi (PA > 130/85)
- **Dislipidemici** (Colesterolo HDL < 40 mg/dl e/o Trigliceridi ≥ 150 mg)
- Con aumento della **glicemia a digiuno ≥ 100 mg / dL**
- Anamnesi positiva per eventi cardio-vascolari
- Soggetti di sesso femminile affetti da sindrome dell'**ovaio policistico**

Il rischio di mortalità aumenta con il crescere della BMI



Il diabete in Italia

ISTAT

In Italia, in base ai dati ISTAT, nel 2020 si stima una prevalenza del diabete noto pari al 5,9% (5,9% negli uomini, 5,9% nelle donne) pari a oltre 3,5 milioni di persone, con un trend in lento aumento negli ultimi anni (Figura 1). La prevalenza aumenta al crescere dell'età fino a un valore del 21% nelle persone con età uguale o superiore a 75 anni (Figura 2).

Figura 1 - Trend prevalenza diabete. 2001-2020

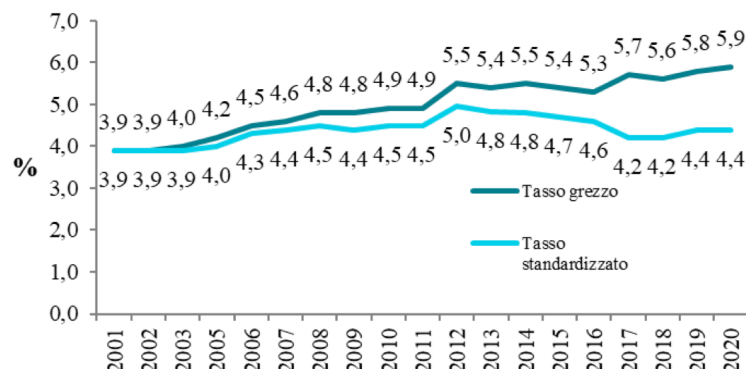
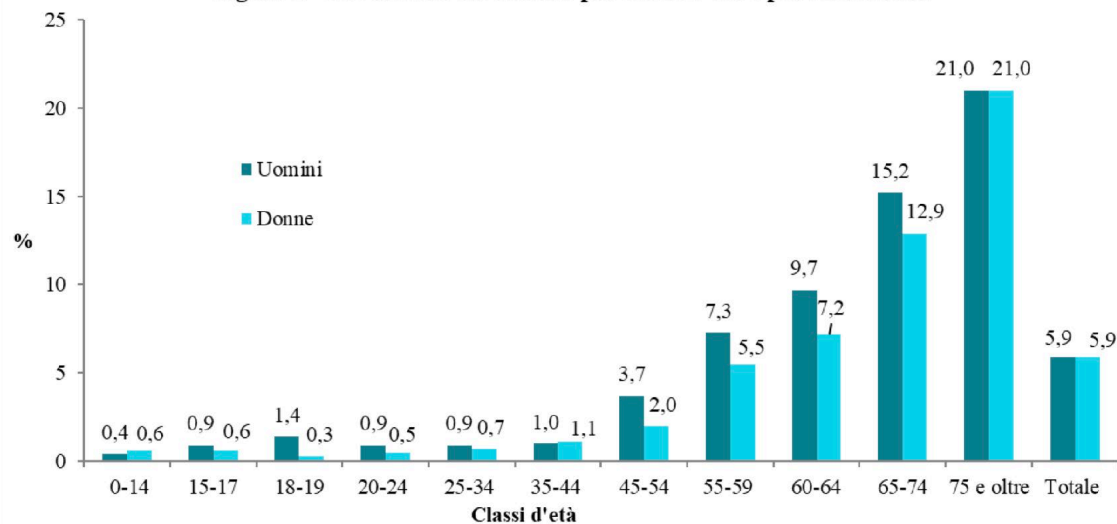
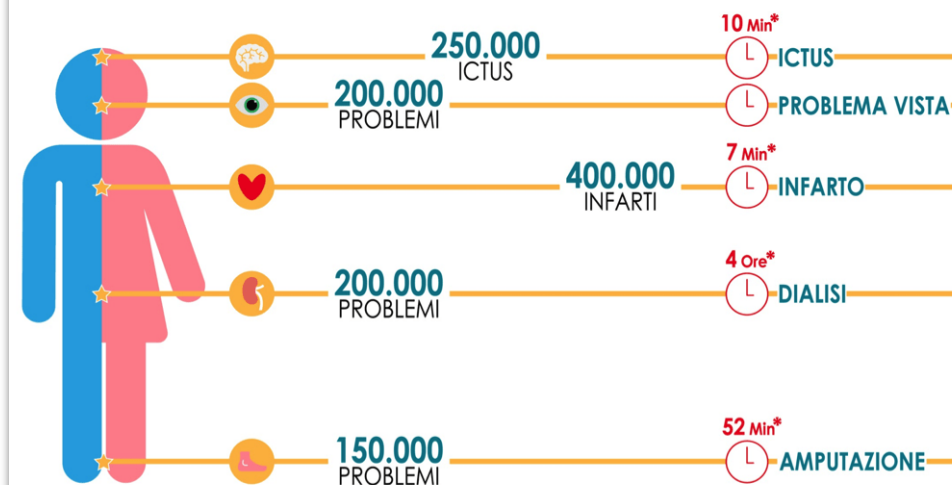


Figura 2 - Prevalenza del diabete per classi d'età e per sesso. 2020

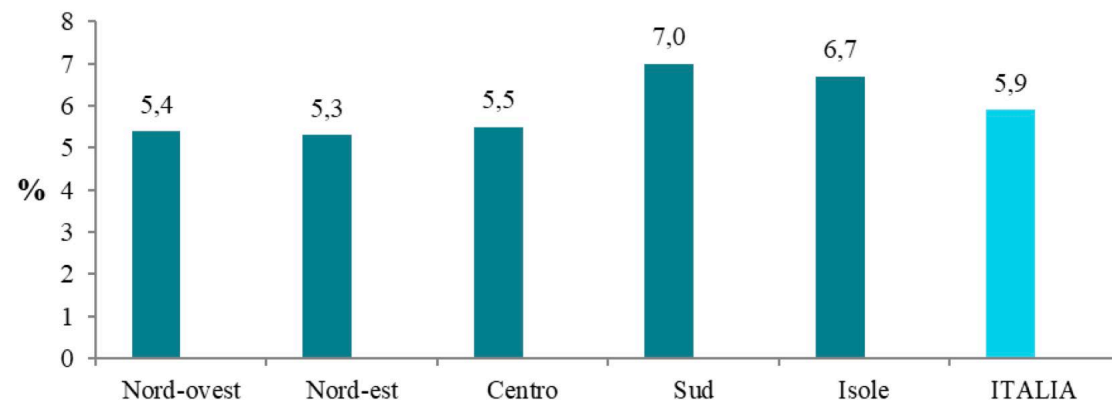


INCIDENZA DIABETE E COMORBIDITÀ



Fonte: ISTAT 2015, Associazione Ricerca & Diabete SID, Italian Diabetes & Obesity Barometer Report 2017

Figura 3 - Prevalenza diabete per area geografica. 2020

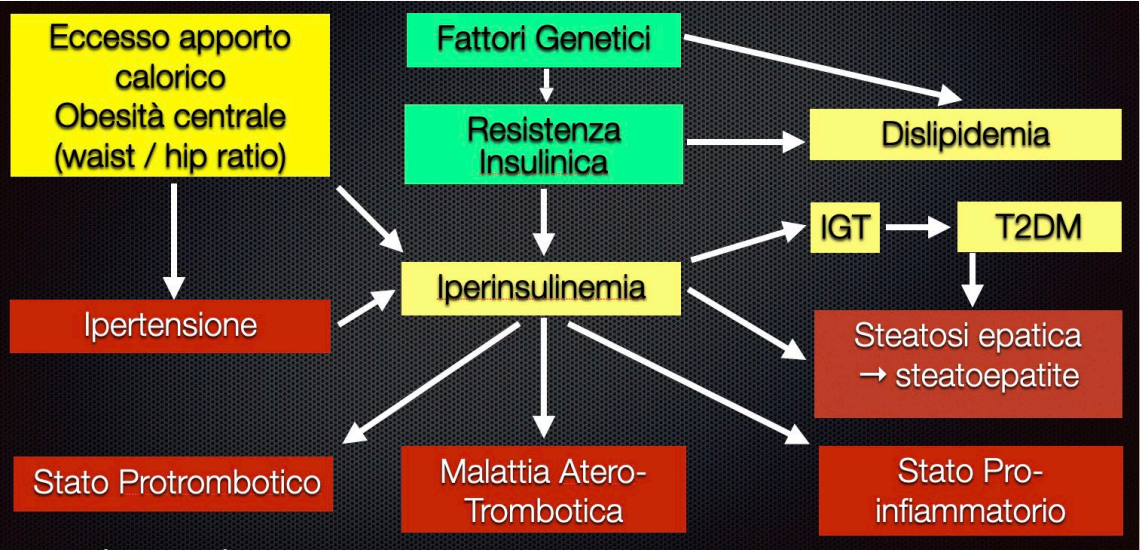


Fonte: ISTAT

sindrome metabolica e NUtraceutici

Ridurre i valori glicemici anche in una condizione di pre-diabete riduce il rischio di complicanze micro e macrovascolari oltre che prevenire l'insorgenza di diabete conclamato.

Quando la modifica dello stile di vita non è attuabile o non completamente attuabile potrebbe essere utile fare ricorso alla nutraceutica



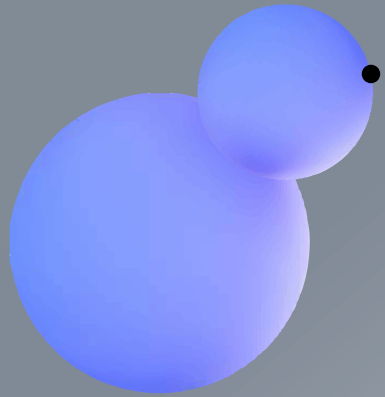
Nutraceutici	Effetti sulla sindrome metabolica	Livello di evidenza
Fibre Psyllium	Ipocolesterolemizzante, anti-obesità, anti-diabetico, anti-ipertensivo	Meta-analisi di TCR nell'uomo
Gomma Guar	Ipocolesterolemizzante, insulino-sensibilizzante, anti-diabetico, anti-ipertensivo	TCR nell'uomo
Fibre del Fieno greco	Ipocolesterolemizzante, ipoglicemizzante	TCR nell'uomo
Chitosano	Ipocolesterolemizzante, anti-obesità, anti-diabetico, anti-ipertensivo	TCR nell'uomo
Glucomannano	Ipocolesterolemizzante, anti-obesità, anti-diabetico	Meta-analisi di TCR nell'uomo
Cannella	Ipocolesterolemizzante, anti-diabetico, anti-ipertensivo	Meta-analisi di TCR nell'uomo
Berberina	Ipocolesterolemizzante, insulino-sensibilizzante, anti-ipertensivo	Meta-analisi di TCR nell'uomo
Acido corosolico	Ipocolesterolemizzante, anti-diabetico, anti-obesità	TCR nell'uomo
Carantina	Insulino-sensibilizzante, ipoglicemizzante, anti-obesità	TCR nell'uomo
Catechine e flavonoli	Ipocolesterolemizzante, anti-obesità, anti-ipertensivo	Meta-analisi di TCR nell'uomo
Acidi grassi polinsaturi Omega-3	Ipocolesterolemizzante, anti-obesità, insulino-sensibilizzante, anti-ipertensivo	Meta-analisi di TCR nell'uomo
Allina dell'aglio	Ipocolesterolemizzante, anti-obesità, anti-diabetico, insulino-sensibilizzante, anti-ipertensivo	Meta-analisi di TCR nell'uomo
Peptidi della soia	Ipocolesterolemizzante, anti-obesità, anti-diabetico, anti-ipertensivo	TCR nell'uomo
Curcumina della curcuma	Ipocolesterolemizzante, anti-obesità, ipoglicemizzante, insulino-sensibilizzante, anti-ipertensivo	TCR nell'uomo

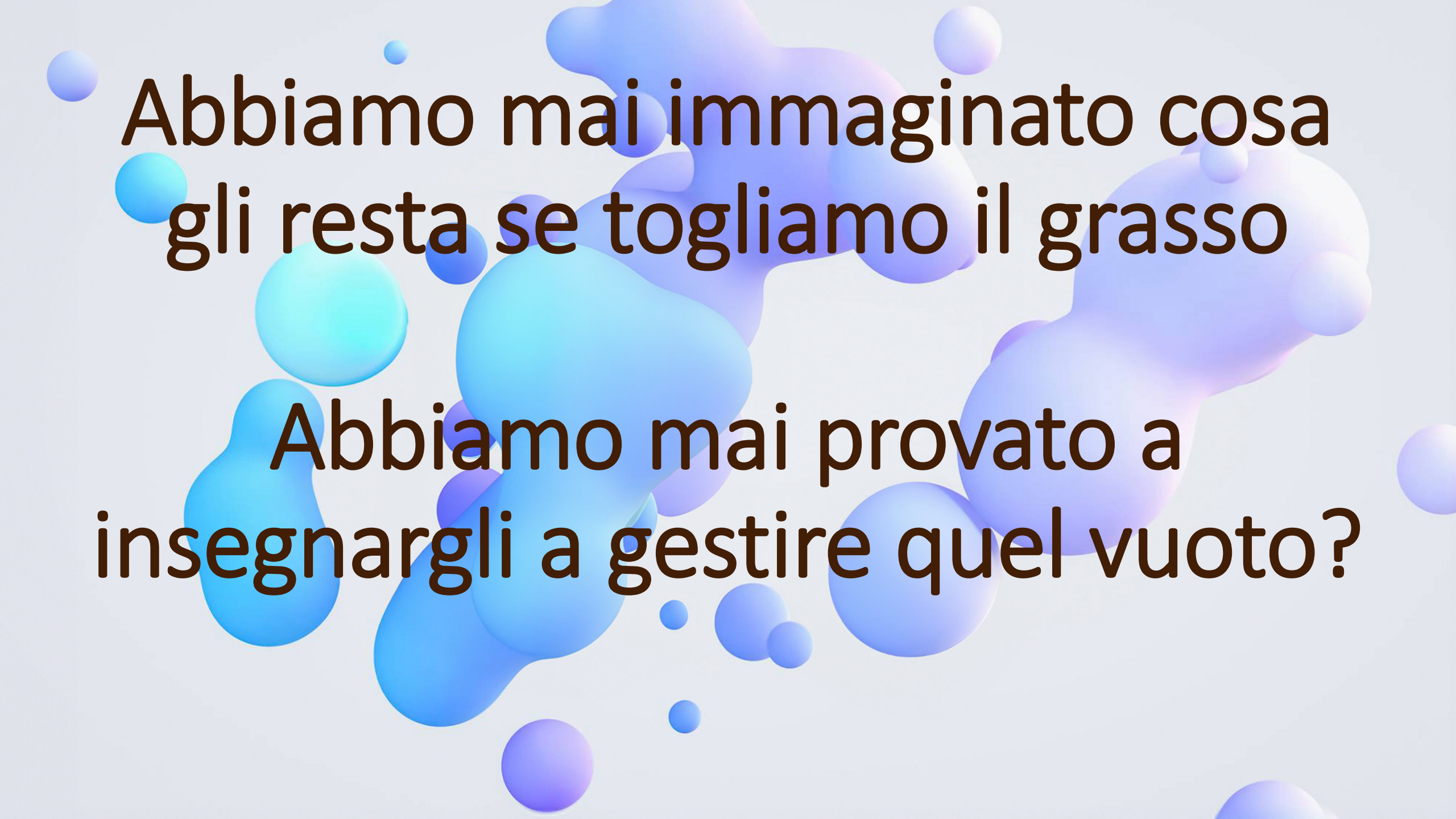
TCR= trials clinici randomizzati



Chirurgia bariatrica

Vantaggi:

- • La mortalità operatoria è bassa (0.2%)
 - • Calo ponderale intorno al 60%
 - • Efficace nel trattamento del diabete tipo II
 - • Bassa incidenza di complicanze
- 

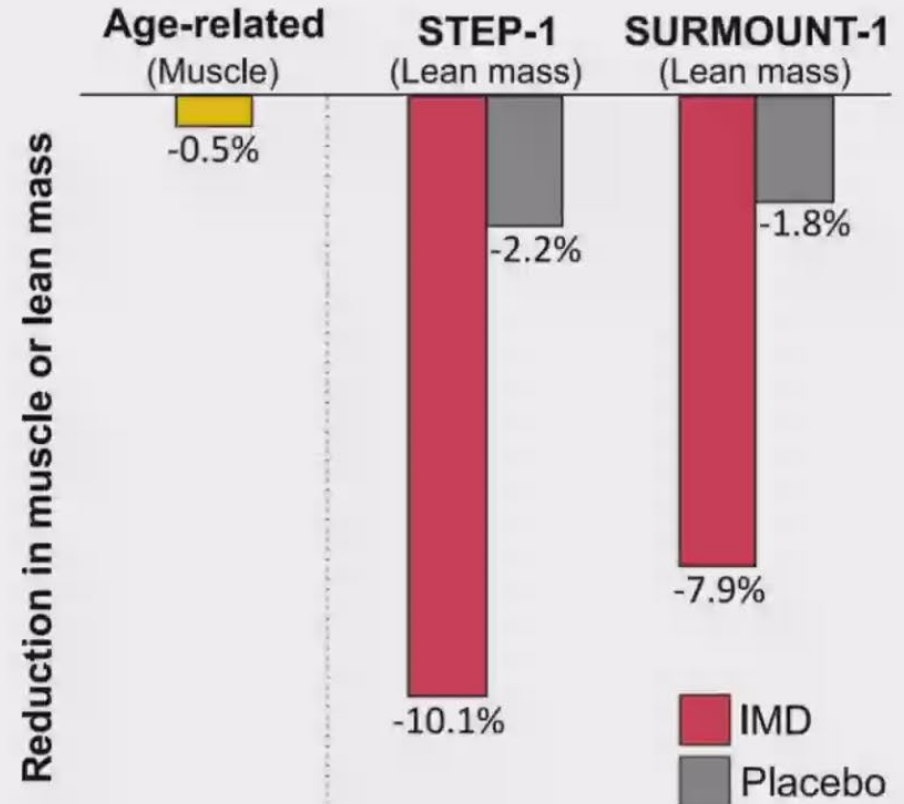


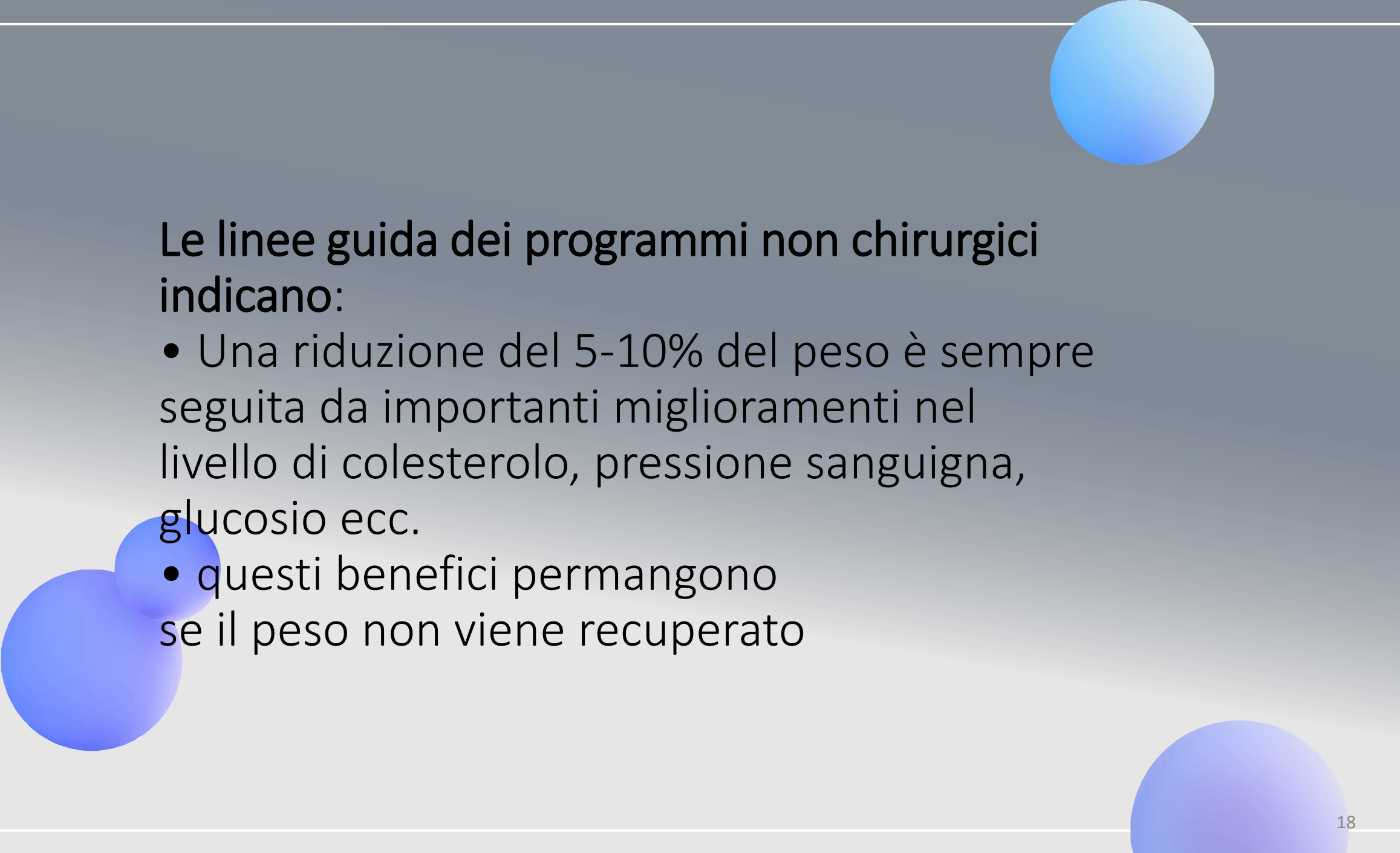
Abbiamo mai immaginato cosa
gli resta se togliamo il grasso

Abbiamo mai provato a
insegnargli a gestire quel vuoto?

Perdita di massa magra: confronto tra invecchiamento e farmaci incretino – mimetici (IMDs)

- Il **declino muscolare legato all'età** è lento e costante : ~0,5% massa muscolare/anno
- Gli studi **STEP-1** (semaglutide) e **SURMOUNT-1** (tirzepatide) mostrano **perdite maggiori di massa magra e di massa muscolare con stima indiretta**
 - STEP-1: -10,1% su 68 sett. → ~-7,7% annuo
 - SURMOUNT-1: -7,9% su 72 sett. → ~-5,7% annuo
- **IMDs = ↓ LMB > 10 ~15 volte vs declino naturale**, quota di MM equivalente che si perde in circa 20 aa con l'avanzare dell'età



The slide features a dark blue gradient background with rounded corners. There are four decorative blue circles: a large light blue circle in the top right, a medium blue circle in the bottom left, a small light blue circle overlapping the bottom left one, and a large medium blue circle in the bottom right.

Le linee guida dei programmi non chirurgici indicano:

- Una riduzione del 5-10% del peso è sempre seguita da importanti miglioramenti nel livello di colesterolo, pressione sanguigna, glucosio ecc.
- questi benefici permangono se il peso non viene recuperato

Sottostima dell'introito calorico

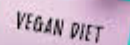
- Persone obese: 30% - 50%
- Persone normopeso: 10% - 20%

Analisi di mercato corrente



Le persone in sovrappeso o obese spesso non si percepiscono tali:

- Una persona su due in sovrappeso non ritiene il proprio peso troppo alto
 - Una persona su dieci obesa ritiene il proprio peso giusto
- 

COLAZIONE

1200 KCAL	1400 KCAL	1600 KCAL	1700 KCAL	1800 KCAL	1900 KCAL
1200 KCAL	1400 KCAL	1600 KCAL	1700 KCAL	1800 KCAL	1900 KCAL

Cofici de	1,762,13	1,762,13	1,762,13	1,762,13	1,762,13	1,762,13
Lați puralamente aronati	280,12	280,12	280,12	280,12	280,12	280,12

Presidents of the firm	30.5	30.5	30.5	42.5	40.5	40.5
Family of origin (mean)	30.5	30.5	30.5	40.5	40.5	40.5

*Top Awarded Foreign pub of						
-----------------------------	--	--	--	--	--	--

PRANZO E CENA

Pepper	90.0	10.0	90.0	80.0	100.0	100.0
Carrot bulb (100g)	20.0	10.0	90.0	80.0	100.0	100.0

Cassa Cassa, Arsenio di mezza	70.2	71.6	66.6	60.2	56.2	26.2
Frattura e grandi di giorno	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

Coste	70,2	10,9	80,9	80,9	100,2	180,2
Yve Enrichissement Intégral®						

Un secondo piatto a scelta tra:

Prezzo di vendita	180 €	180 €	180 €	180 €	180 €	180 €
Costo variabile unitario	120 €	120 €	120 €	120 €	120 €	120 €
Costo fisso unitario	60 €	60 €	60 €	60 €	60 €	60 €
Costo totale unitario	180 €	180 €	180 €	180 €	180 €	180 €
Contributo marginale unitario	60 €	60 €	60 €	60 €	60 €	60 €
Costo fisso totale	360 €	360 €	360 €	360 €	360 €	360 €
Costo totale	720 €	720 €	720 €	720 €	720 €	720 €
Profitto	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €	0 €

Leggiti meglio. La voce è rafforzata	100 B	100 B	100 B	100 B	100 B	100 B
Leggiti meglio. La voce è più alta	60 B	60 B	60 B	60 B	60 B	60 B

Ukupno (2 valne u razmatranju)	2	0	2	2	2	2
Iskustni vođa (2 valne u razmatranju)	00 0	00 0	00 0	00 0	00 0	00 0

Formaggi stagionati	90 g	90 g	90 g	90 g	90 g	90 g
Carne rossa sgrassata	120 g	120 g	120 g	120 g	120 g	120 g

TUTTI I GIORNI

Dolci e merenda di dolci	€ 0,00	€ 0,00	€ 0,00	€ 0,00	€ 0,00	€ 0,00
--------------------------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Spuntun Profit/Share	000.4	000.6	000.2	000.6	000.4	000.6
Wending	0000.01	0000.01	0000.01	0000.01	0000.01	0000.01





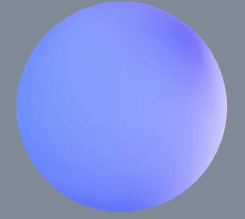
....AVETE MAI VISTO UN VOSTRO PAZIENTE MANGIARE SOLO MELE ?

Tratto da:

«Diabete Dolce Amaro»

Prof. Renzo Cordera

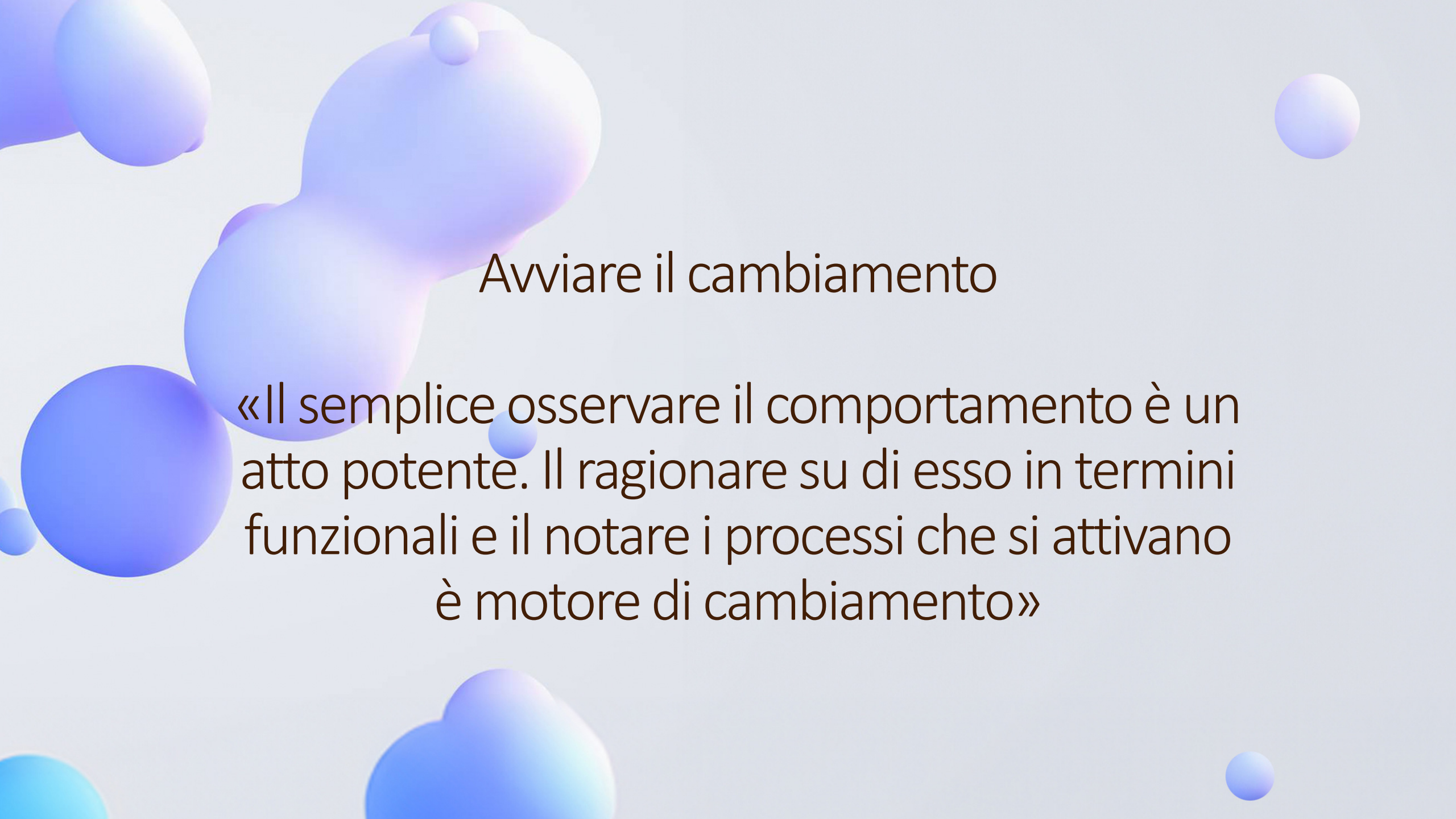




The slide features a light blue gradient background with a white border. There are four decorative blue circles: one in the top right corner, one in the bottom right corner, and a pair of overlapping circles in the bottom left corner. The text is centered in a large, bold, black sans-serif font.

CIBO COME OPPORTUNITA'



The background features a light blue gradient with several abstract, organic shapes and spheres in shades of blue and purple. These shapes are scattered across the frame, with some appearing as soft, glowing clouds and others as solid, smooth spheres of varying sizes. The overall aesthetic is clean and modern.

Avviare il cambiamento

«Il semplice osservare il comportamento è un atto potente. Il ragionare su di esso in termini funzionali e il notare i processi che si attivano è motore di cambiamento»

Target di lavoro:

- Consapevolezza
- Automatismi e condizionamenti
- Azioni consapevoli guidate da scelte valoriali
- Capacità di auto-nutrimento

DOTT. FLORIO COCCHI
CON LUCIA CAPONETTO



Quel corpo non è ME

QUANDO IL CIBO
DIVENTA L'UNICA RISPOSTA



Grazie!

