

Comunicato stampa

“Il diabete incide anche sul benessere mentale: un terzo delle persone con diabete vive distress psicologico”

In Emilia-Romagna i dati dello studio REWINDER rilanciano l'urgenza di integrare lo psicologo nei team diabetologici. Ogni 12 minuti una persona con diabete pensa alla malattia e alle conseguenze che potrebbe avere in futuro: un pensiero che si trasforma in fatica emotiva.

L'Ordine degli Psicologi: “È necessario un riconoscimento del ruolo dello psicologo in cronicità e un mandato organizzativo”.

Bologna, 7 novembre 2025 – Il 14 novembre ricorre il *World Diabetes Day*, la giornata internazionale di sensibilizzazione sul diabete, che quest'anno ha come filo conduttore *Diabetes and the workplace* (Diabete e ambiente di lavoro). Stando ai dati di maggio 2025 della SID, Società Italiana di Diabetologia, **1 italiano su 3 non sa di avere il diabete, e 3,5 milioni di persone presentano pre-diabete non ancora diagnosticato, mentre 4 milioni sono le persone con diagnosi in Italia. Oltre alla possibilità di complicanze a breve e a lungo termine del diabete, c'è un risvolto psicologico, ampiamente documentato da pubblicazioni scientifiche, che spesso viene messo in secondo piano.** Lo studio multicentrico REWINDER, condotto dall'AUSL della Romagna, l'AUSL di Reggio Emilia e l'AOU Parma, che ha coinvolto 353 persone con diabete di tipo 2 dai 40 ai 69 anni, e i cui dati preliminari sono stati presentati al XXV Congresso dell'Associazione Medici Diabetologi (AMD), ha mostrato **presenza di distress per il 34,5% degli intervistati e il 42,7% di sintomi depressivi.** Studi condotti da Università di Bologna e AUSL della Romagna evidenziano come tra le persone con diabete di tipo 2, **la depressione insorge in circa 1 paziente su 6 entro pochi anni dalla diagnosi** e, quando compare, **si associa sia a un aumento del rischio di complicanze acute e a lungo termine sia a una peggiore aderenza ai controlli e agli esami raccomandati**, soprattutto nelle fasce di età più avanzate.

«Per la prima volta, al recente congresso dell'*European Association for Study of Diabetes* (EASD), sono state rese pubbliche le linee guida cliniche per la valutazione e la gestione del distress legato al diabete. Un riconoscimento chiaro: la dimensione emotiva della persona con diabete fa parte integrante della cura, al pari dei parametri clinici», premette **Rossella Messina**, psicologa psicoterapeuta, ricercatrice, e **coordinatrice del GdL “Psicologia in Cronicità” istituito dall'Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi dell'Emilia-Romagna.** «Il diabete è una condizione cronica che richiede alla persona un impegno continuo e quotidiano, non è solo una questione di numeri, la competenza nella gestione del diabete deve accompagnarsi a un adeguato supporto emotivo al fine di sostenere l'autoefficacia della persona. Il monitoraggio glicemico, l'organizzazione dei pasti, le terapie e l'introduzione di nuove abitudini alimentari possono generare frustrazione, senso di sopraffazione o fastidio, oltre ad accrescere preoccupazioni per il futuro e per la possibilità di complicanze. Uno studio tedesco ha rilevato che **gli adulti con diabete di tipo 1 e di tipo 2, pensano**

mediamente ogni 12 minuti al diabete e a come gestirlo. Situazioni che possono generare ansia e depressione, non solo per chi convive con il diabete, ma anche per i familiari che, a volte, si sentono impotenti nell'aiutare la persona con diabete», aggiunge Rossella Messina. E, nei contesti lavorativi, questi vissuti possono emergere con più facilità quando manca un'adeguata informazione e sensibilizzazione riguardo il diabete.

Fondamentale, fin da subito, è che la presa in cura della persona con diabete contempli anche gli aspetti psicologici, non come complemento, ma come parte integrante della cura. Attualmente, l'attenzione agli aspetti psicologici è posta perlopiù dalle Associazioni dei pazienti, che offrono questo tipo di supporto. Ma non basta, puntualizza **la Presidente dell'Ordine delle Psicologhe e degli Psicologi dell'Emilia-Romagna, Luana Valletta:** «**La figura dello psicologo dovrebbe essere integrata nel team diabetologico di tutti i centri,** collaborando con il diabetologo, gli infermieri e i nutrizionisti. **Sono necessari gruppi di supporto, di psicoeducazione e momenti dedicati alla formazione dei professionisti e dei caregiver.** Dai dati, sappiamo che investire in psicologia dà un ritorno sociale pari al doppio. Fare prevenzione, dare sostegno con strumenti scientificamente validati alle persone che convivono con condizioni croniche come il diabete permette un miglioramento della qualità di vita. **Il riconoscimento del ruolo dello psicologo deve tradursi in un mandato organizzativo chiaro, che preveda la programmazione e la sostenibilità nel tempo degli interventi psicologici rivolti alle condizioni croniche:** 7 persone su 10 con diabete sono in età lavorativa, i luoghi di lavoro devono promuovere il benessere psicologico prevenendo i rischi psicosociali e sostenendo la partecipazione. Ciò è possibile attraverso interventi di valutazione dei fattori di rischio, azioni di alfabetizzazione sulla salute psicologica e di superamento dello stigma legato alle condizioni croniche», conclude la Presidente Valletta.

Addetta stampa OPER

Antonella De Minico

Cell: 339.8971255

Mail: deminicoanto@gmail.com; ufficiostampa@ordinepsicologier.it