UNIVERSITÀ DEGLI STUDI FIRENZE

Diabete: come cambia la gestione tra App e tracker

Edoardo Mannucci

Diabetes: the need for self-monitoring and tracking

- Glucose (blood/interstitial glucose)
- Eating habits
- Physical activity
- Pharmacological therapy (insulin)

Riccardo M.

GLICEMIA													COMMENTI
GG.	COLAZIONE			PRANZO			CENA			OCCASIONALE			EVENTI INSOLITI (es. attività fisica particolare, alimentazione eccezionale)
	INS.	PRE	2 ORE DOPO	INS.	PRE	2 ORE DOPO	INS.	PRE	2 ORE DOPO	INS. VENTA	PRE	2 ORE DOPO	
19							7	263	292	15			
20	5	165	173	88	304	7	7	212	251	15			
21	5	124	161	7	93	281	7	245	277	15			
22	5	80	148	7	81	265	7	231	265	15			
23	5	93	131	10	87	109	10	93	45	//			IPOGLICEMIA ORE 22!!!
24	5	395											

Monitoraggio continuo della glicemia: CGM

Snapshot
LibreView
7.8
4
97
326
39.3
6.2
6.2

Diabetes: Critical issues and possible developments

- Data protection
- Data property

Diabetes: the need for self-monitoring and tracking

- Glucose (blood/interstitial glucose)
- Eating habits
- Physical activity
- Pharmacological therapy (insulin)

Diario
Alimentare

GIORNO DELLA SETTIMANA: MARTEDÌ

DATA:

ORA	CIBO E BEVANDE CONSUMATE	QUANTITÀ	DOVE E CON CHI	ANNOTAZIONI
9.40	caffè + latte intero schiacciata prosciutto cotto	n.1 TAZZA ≃ 50g n.2 fette	a casa da sola	
13.30	pasta con le vongole arancia biscotto da pentire con marmellata di frutti vino	≃ 80g n.1 n.1 n.1 cucchiaino 1 bicchiere	a casa da sola	
14.30	semi di zucca	n.1 confezione piccola	a casa da sola	
18.00	confetti + biscotti secchi	n.4 + n.3	a casa da sola	
20.00	antipasto cinese, tofu piccante riso basmati birra	1 pentione di tutto n.1 media	a casa delle mie sorelle	
23.00	gelato vegetale	n.1	a casa davanti alla TV	

L'Indice Glicemico (IG)

è un criterio di valutazione della **qualità dei carboidrati**. Indica quanto aumenta la glicemia *(zucchero nel sangue)* dopo aver mangiato un alimento che contiene 50 grammi di carboidrati, rispetto a quanto aumenta la glicemia dopo aver ingerito 50 g di glucosio. Tanto minore è l'IG tanto più favorevole è l'impatto di quel cibo sul metabolismo glucidico

Il Carico Glicemico (CG)

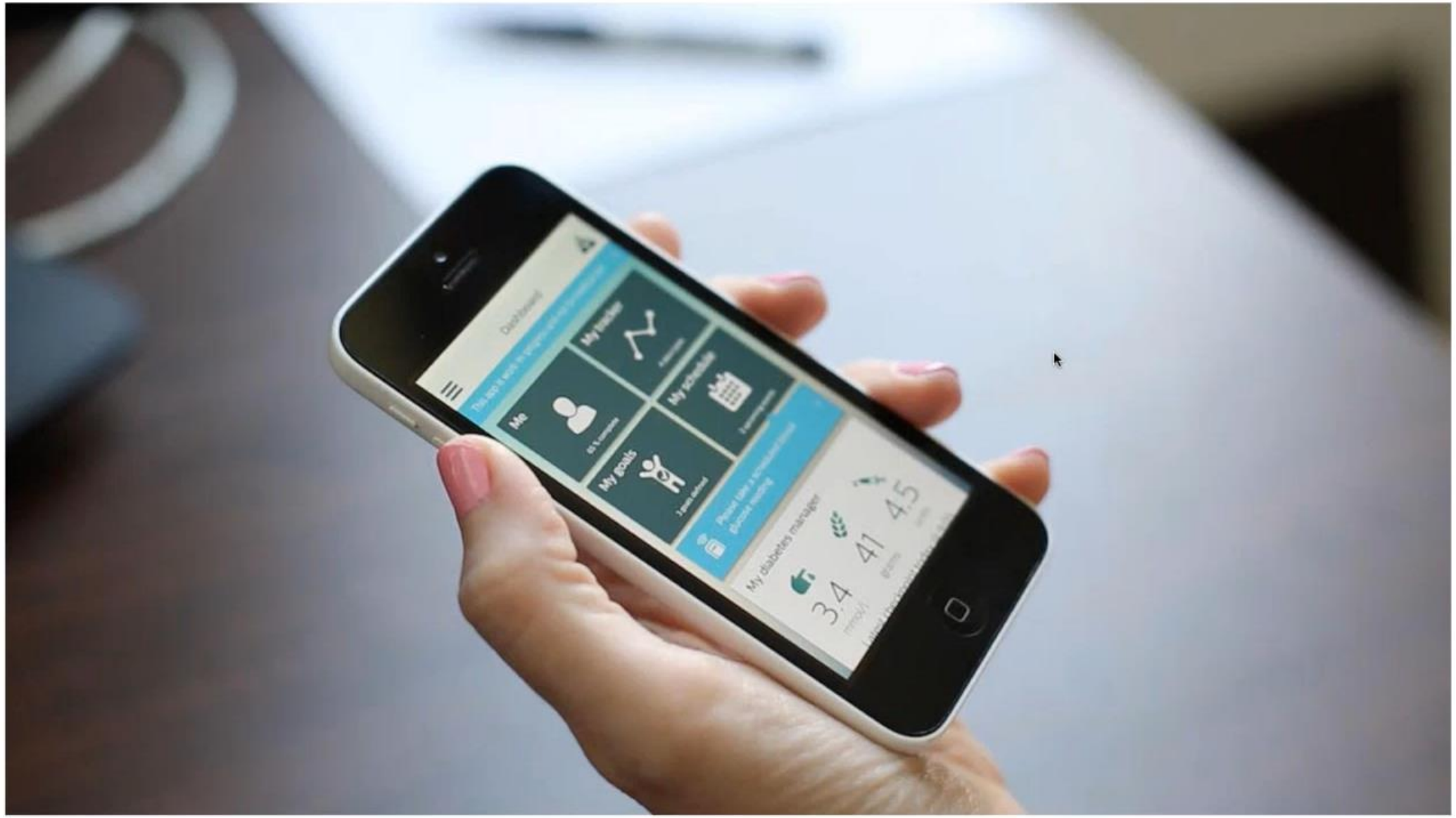
è un criterio che tiene conto sia della **qualità**, che della **quantità dei carboidrati** in una **porzione** di alimento

COME SI CALCOLA

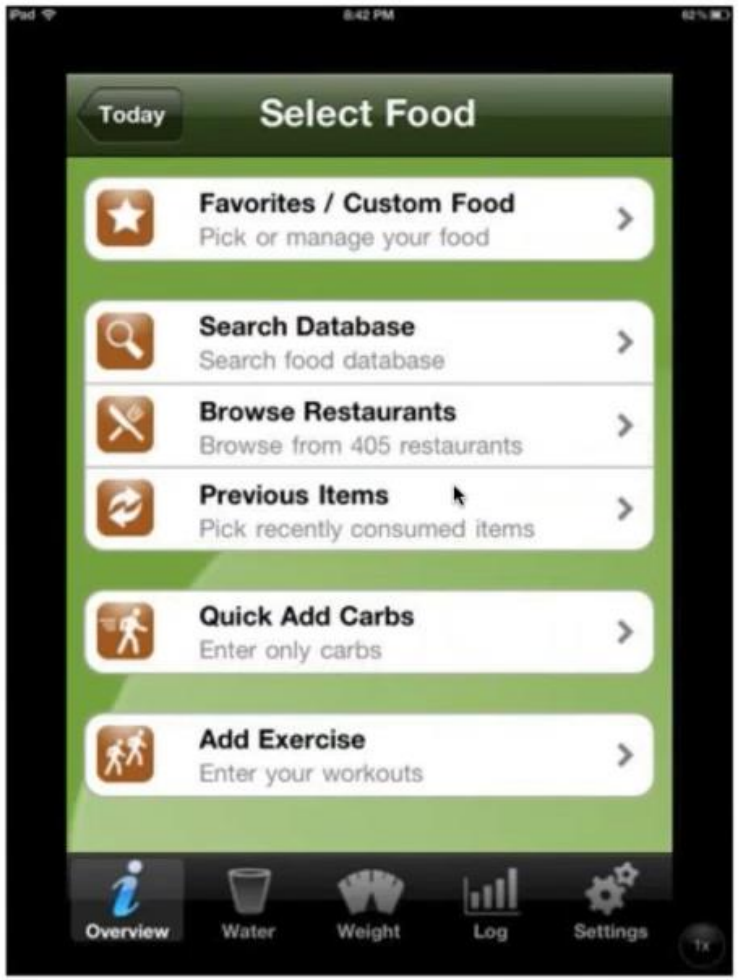
IG x grammi di carboidrati nella porzione : 100

ALIMENTO	Indice Glicemico	Porzione media (grammi)	Carboidrati per porzione (grammi)	Carico Glicemico per porzione
Corn flakes	81	30	26	21
Patate *(bollite)*	78	200	36	28
Pane bianco	75	50	29	22
Pane integrale	74	50	24	18
Riso bianco *(bollito)*	73	80	64	46
Cocomero	76	150	6	5
Riso integrale *(bollito)*	68	80	62	42
Ananas	59	150	15	9
Muesli	57	30	22	13
Banana	51	120	18	9
Spaghetti	49	80	63	31
Spaghetti integrali	48	80	53	25
Arancia	43	150	12	5
Carote *(bollite)*	39	200	15	6

D'ARCO


Me
My goals
My diabetes manager
3.4
41
4.5

13:37
By Category
Candy
Drinks
Fruit and nuts
Jam
Milk and milk substitutes
Potatoes and cereal products
Prepared meals
Sweeteners
By Products
By Category
By Brand
Info


Today
Select Food
Favorites / Custom Food
Pick or manage your food
Search Database
Search food database
Browse Restaurants
Browse from 405 restaurants
Previous Items
Pick recently consumed items
Quick Add Carbs
Enter only carbs
Add Exercise
Enter your workouts
Overview
Water
Weight
Log
Settings

Menu "Scoperta 8 piatti"

Sandwich di acciughe, estratto di rucola, giardiniera di verdure al burro d'alpeggio e gelato di cipolle caramellate

Ravioli di bietole, arrostiti e non bolliti con caviale e spuma di aringa affumicata

Crespella di calamaro alla plancia, con funghi porcini secchi, prezzemolo e crema d'aglio fermentato

Uovo morbido di montagna, zucca fondente gelatina di prosciutto crudo e maionese di pollo arrosto

Lumache al verde, con porri, avocado leggermente piccante e salsa alla noce di cocco

Agnello delle Dolomiti Lucane, il carrè arrosto e la spalla fondente, scorzanera alla cacciatora

Budino di popcorn e granita di melograno

Meringa al caffè cotta al vapore, cremoso di formaggio fresco, agrumi e cacao fondente

€ 225,00 a persona, vini esclusi. Il menu è per l'insieme dei commensali.

Diabetes: Critical issues and possible developments

- Data protection
- Data property
- User-friendly interfaces for food diary

Diabetes: the need for self-monitoring and tracking

- Glucose (blood/interstitial glucose)
- Eating habits
- Physical activity
- Pharmacological therapy (insulin)

MICHAEL KORS
10:24
LON
3:24PM
3
JAN
6423
THU 28
11:15 TRAINING WITH KRISTA
WED
12
20°
3.6
NYC
10:56am
FOSSIL

Diabetes: Critical issues and possible developments

- Data protection
- Data property
- Definition of medical device
- User-friendly interfaces for food diary
- New design of patient education programs
- Acquisition of novel medical skills

Terapia insulinica: microinfusori