

diabete italia

Sotto l'Alto Patronato della **Presidenza della Repubblica**

Con il patrocinio di

Presidenza del Consiglio dei Ministri
Ministero del Lavoro, Salute e Politiche Sociali
Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca
Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali
Ministro della Gioventù
Croce Rossa Italiana
Comitato Olimpico Nazionale Italiano

**PER CONOSCERE
LA PIAZZA PIÙ VICINA**

WWW.DIABETEITALIA.IT

Grazie al contributo volontario ed incondizionato di:



Si ringrazia:



In collaborazione con:



Elaborazione grafica a cura di FASI SRL - www.fasiweb.com

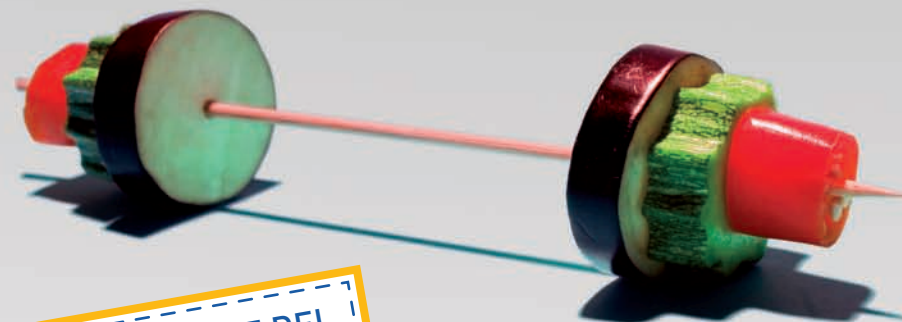
diabete italia



world diabetes day

DIVENTIAMO PIU' FORTI DEL DIABETE.

Una dieta equilibrata e una regolare attività sportiva aiutano a prevenire i rischi del diabete.



**GIORNATA MONDIALE DEL
DIABETE
14-15 NOVEMBRE 2009**

DALL'8 AL 15 NOVEMBRE DONA 1 EURO A FAVORE DELLA RICERCA SUL DIABETE.

INVIA UN SMS AL NUMERO 48588
OPPURE DONA 2 EURO CHIAMANDO DA TELEFONO FISSO DI TELECOM ITALIA IL NUMERO 48588



Più di **200 milioni di persone** nel mondo **sono colpite da diabete mellito**.

Questo numero è destinato a crescere enormemente nei prossimi anni soprattutto nei Paesi in via di sviluppo, in conseguenza non solo dell'aumento della popolazione e della durata media di vita, ma anche della mancanza di esercizio fisico e dell'alimentazione non corretta. Nel 2026, se non realizzeremo una prevenzione efficace, ci saranno 380 milioni di soggetti con diabete mellito.

Cos'è il diabete mellito?

Il diabete mellito è una condizione nella quale il nostro corpo non è capace di utilizzare lo zucchero presente nel sangue (glicemia).

Esistono due forme principali di diabete:

a) il diabete di tipo 1, che in genere colpisce bambini e adolescenti (ma anche adulti), nel quale il corpo non è più capace di produrre insulina e per vivere si ha bisogno di somministrare l'insulina con piccole iniezioni;

b) il diabete di tipo 2, che di solito colpisce gli adulti per lo più in sovrappeso (ma l'età media si sta sempre più riducendo, fino a colpire anche i bambini), nel quale il nostro corpo produce insulina in modo inadeguato e quella che viene prodotta non è ben utilizzata. Il 90% dei pazienti è affetto da questo tipo di diabete.

Esso può essere curato con semplici modifiche nello stile di vita, ma spesso è necessario usare farmaci e, talvolta, insulina.

Il diabete non si vede e non si sente.

La glicemia provoca disturbi solo quando è molto alta.

Così è possibile essere affetti da diabete per anni senza accorgersene. Ma nel tempo, gli zuccheri elevati danneggiano occhi, reni, circolazione del sangue, nervi, cuore, piedi. Tutto questo può essere evitato con pochi, semplici mezzi.

L'importante è scoprire se hai il diabete!



Lo sapevi che...

- 1 italiano su 10 ha il diabete o è a rischio di averlo, e non sempre lo sa,
- è possibile avere il diabete per anni senza accorgersene,
- il diabete non curato è la principale causa in Italia di:
 - amputazioni non traumatiche
 - infarto e ictus
 - cecità e disturbi della vista
 - dialisi

ma anche che...

- tutti gli effetti deleteri del diabete si possono prevenire o fermare;
- con il diabete si può condurre una vita assolutamente normale;
- il diabete non richiede una dieta complicata o piena di rinunce, ma semplicemente un'alimentazione corretta (come quella che tutti dovremmo comunque seguire);
- con semplici analisi è possibile sapere se si ha il diabete, ma anche se si è a rischio di averlo.

Se hai

- più di 45 anni
- la pressione alta
- grassi nel sangue elevati
- hai avuto il diabete in gravidanza
- hai partorito un bambino di peso superiore ai 4 chili

Se sei

- in una famiglia di soggetti con diabete
- in sovrappeso o obeso
- sedentario
- poco attento alla tua alimentazione



Allora corri il rischio di sviluppare o aver già sviluppato il diabete mellito.

Controlla ora la tua glicemia!