

GIORNATA MONDIALE DEL DIABETE 2020

Il 14 novembre si celebra la Giornata Mondiale del Diabete, istituita dall'International Diabetes Federation (IDF) e dall'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) nel 1991. A questa giornata è stata data l'importante responsabilità di sensibilizzare le persone verso una patologia complessa, con grande impatto sulla salute e in crescente aumento; è molto diffusa nel nostro paese e in tutto il mondo, con un costo sociale molto elevato.

Un trattamento attento ed efficace, volto alla prevenzione della comparsa e/o al ritardo della progressione delle complicanze croniche può migliorare la qualità della vita dei pazienti e ridurre significativamente i costi della malattia.

Ricordiamo brevemente che il diabete mellito è una malattia cronica caratterizzata da alti livelli di glucosio nel sangue (glicemia), determinata:

- da una carenza nella produzione di insulina da parte del pancreas o
- da una mancanza di risposta all'insulina da parte delle cellule dell'organismo o, infine,
- da una combinazione delle due precedenti condizioni.

Quest'anno, causa lo stato pandemico, non potremmo promuovere le consuete iniziative nelle piazze di Italia, ma deve essere più forte veicolare il messaggio che la prevenzione fa la differenza.

La prevenzione quale conoscenza di quel percorso che costruisce salute.

È principalmente ai **giovani**, pertanto, rivolto il messaggio che una sana alimentazione, una regolare attività fisica, associati a stili di vita salutari rappresentano elementi importanti per prevenire il diabete!

Attività fisica e dieta, affermano i diabetologi, sono i due cardini della prevenzione in grado di abbattere oltre il 50% dei casi di diabete di tipo 2 (il *diabete* più diffuso che colpisce l'adulto per un difetto nella produzione di insulina).

La politica dovrà impegnarsi a investire in questa direzione, promuovere comunità che si impegnino a creare spazi, e occasioni di salute e benessere, per tutti e a tutte le età.

Dovrà confrontarsi con tutte le agenzie educative territoriali e in primis con l'Unità Operativa di Educazione e Promozione della Salute della nostra Azienda Sanitaria, presente in tutto il territorio provinciale, che da sempre, garantisce la tutela della salute collettiva, attraverso la promozione della salute e del benessere:

ciò può fare la differenza nella lotta contro il diabete per le generazioni attuali e future. Questa è una battaglia che non possiamo permetterci di perdere.

D. P. ASARO