

Lotta al diabete Intervista a Pierangelo Lazzari: «Si può prevenire con corretti stili di vita»

Il killer silenzioso

Un paziente su quattro non sa neppure di averlo

di Mauro Favzerani

E' un killer silenzioso e pericoloso: il diabete è spesso un problema sconosciuto o sottovalutato, benché, secondo gli ultimi dati, ne sia affetto oltre mezzo miliardo di persone nel mondo. Compare in fasce di età sempre più giovani e rappresenta una vera e propria emergenza in ambito sanitario, anche per le ripercussioni che la malattia può avere sulle aspettative e sulla qualità di vita individuali e collettive.

Per questo la Casa di Cura «San Camillo» di Cremona vi ha dedicato lo scorso 16 aprile un'intera giornata, suscitando grande interesse ed una buona partecipazione. Cinquanta i cremonesi che si sono sottoposti per l'occasione al controllo della glicemia e moltissimi quelli che hanno chiesto informazioni; sono stati rilevati così i parametri antropometrici e sono stati forniti a tutti consigli utili per la prevenzione.

Ne parliamo col dottor Pierangelo Lazzari, responsabile medico del Centro per la Prevenzione e Cura del Diabete presso la Casa di Cura «San Camillo».

Dottore, il diabete è una malattia in continua e costante diffusione a livello mondiale.



Pierangelo Lazzari, responsabile medico del Centro per la Prevenzione e Cura del Diabete presso la Casa di Cura «San Camillo»

Perché? Da cosa dipende?

«In Italia si stima che vi siano oltre quattro milioni di diabetici riconosciuti più un milione, che non sa di esserne affetto. Si tratta di una vera e propria pandemia, non di tipo infettivo certamente, bensì legata a comportamenti e stili di vita: un'alimentazione scorretta ed una ridotta attività fisica possono comportare tutti i fattori di rischio, come il sovrappeso o l'obesità ad esempio oppure talvolta anche una predisposizione genetica, che concorrono poi nello sviluppo del diabete. Il che giustifica l'ascesa, che noi abbiamo nel mondo di questa patologia».

Un paziente su quattro non sa neppure di avere il diabete. Come mai? Non si manifestano sintomi che possano suonare come un campanello d'allarme?

«Purtroppo nella quasi totalità dei casi il diabete non dà sintomi, resta misconosciuto, proprio perché i livelli glicemici, quando si manifesta, spesso non sono così alti da generare disturbi. Chi ne è affetto, senza saperlo, può convivere per lungo tempo con livelli anomali ed elevati di glicemia, esponendo così il proprio organismo nel suo complesso al rischio di complicanze a livello cardiaco, oculare, renale, neurologico oppure a carico del sistema arterioso con riflessi anche di tipo psicologico. Tutto questo può incidere sul benessere complessivo della persona.

Spesso la diagnosi di diabete è casuale: se ne accorge il paziente, che fa esami periodici o in vista di interventi. E questo rappresenta un problema, poiché può generare problematiche nel lungo termine».

Il diabete di tipo 2, che è poi quello più diffuso, è anche prevenibile, vero?

«Fortunatamente sì, seguendo corretti stili di vita, quindi un'alimentazione equilibrata, in grado di apportare all'organismo tutti i nutrienti necessari, mantenendo però il peso nella

sangue. Con semplici misure dietetico-comportamentali possiamo svolgere quindi un'efficace prevenzione sul diabete di tipo 2».

Quale la situazione a Cremona?

«Dal punto di vista epidemiologico, la situazione sul nostro territorio non si discosta mediamente da quella del resto del Nord-Italia. La presenza di Centri Diabetologici dedicati, che periodicamente svolgono iniziative atte ad aumentare la consapevolezza della malattia, nonché l'attività di associazioni di settore consentono da noi un quadro complessivamente soddisfacente. Certo, è sempre possibile migliorare, però partiamo già da una buona base».

Controlli gratis al San Camillo

Il 16 aprile scorso presso la Casa di Cura di via Mantova effettuati esami della glicemia e diffuse informazioni

norma, nonché una regolare ed adeguata attività fisica, proporzionata naturalmente all'età. Ciò consente di mantenere entro i giusti livelli lo zucchero nel



partner for talent.

In Randstad, crediamo nell'importanza di costruire un mondo del lavoro equo e fatto di pari opportunità. Per questo, ogni giorno, sosteniamo e valorizziamo i talenti, aiutandoli a trovare l'opportunità più giusta per le loro necessità e aspettative.

randstad

