

Uffici di staff · Direzione Generale

Parma, 10/11/2014

## Comunicato stampa

### **Diabete: la prevenzione è possibile, con uno stile di vita sano e attività fisica**

*Il 15 e 16 novembre la giornata mondiale, le iniziative dell'AUSL a Parma e provincia*

Con circa **285 milioni di malati nel mondo** e **3 milioni in Italia**, il **diabete di tipo 2** (la forma più comune di questa patologia, detta anche non insulino dipendente) è definito dall'OMS – Organizzazione Mondiale della Sanità – **“l'epidemia dei primi anni del terzo millennio”**. A **Parma e provincia**, si contano poco meno di **30.000 diabetici**, con una prevalenza che aumenta con il progredire dell'età: **superati i 75 anni, si registrano circa 20 diabetici ogni 100 abitanti**. Accanto a queste persone, ce ne sono molte altre che hanno il diabete e **non lo sanno** o che sono **a rischio di svilupparlo**.

*“Con questi dati – commenta **Maria Cristina Cimicchi**, Responsabile ambulatori diabetologici Distretto di Parma Azienda USL – è facile comprendere come siano necessarie campagne informative e di prevenzione come quella realizzata il 15 e 16 novembre, in occasione della giornata mondiale del diabete, incentrate sui corretti stili di vita e sull'utilità dell'esercizio fisico per prevenire la malattia. La prevenzione – continua la diabetologa – può fare davvero tanto, insieme alla diagnosi precoce, per evitare o rallentare la comparsa di eventuali complicanze, agli occhi, ai reni, al cuore, ... Da non dimenticare, inoltre, che nella gestione della malattia il paziente gioca un ruolo fondamentale: il diabetico, per primo, deve avere cura di sé stesso, seguendo i consigli e le terapie date dal medico di famiglia e dallo specialista”*.

Un altro tipo di diabete da non sottovalutare e che proprio in questi giorni è **oggetto di una apposita campagna informativa realizzata dall'AUSL è il diabete gestazionale**.

*“Il diabete gestazionale – spiega **Carla Verrotti di Pianella**, direttore Salute Donna AUSL di Parma - è una forma di diabete che compare in gravidanza e, nella maggior parte dei casi, scompare dopo il parto. Sono più a rischio le donne obese e in sovrappeso, di età maggiore ai 35 anni, che hanno già avuto la malattia in gravidanze precedenti, con casi di diabete in famiglia, che hanno partorito un neonato con peso alla nascita maggiore di 4,5 kg, che provengono da Asia meridionale, Caraibi e Medio Oriente. Il diabete gestazionale, se non correttamente affrontato, può portare a diversi problemi e complicanze sia per la mamma che per il suo bimbo. E' possibile ridurre il rischio di sviluppare questa malattia – afferma la responsabile – adottando uno stile di vita sano ed equilibrato, seguendo una dieta adeguata e svolgendo una regolare attività fisica. Inoltre, molto importante è anche la diagnosi precoce: è sufficiente un esame del sangue fra la 24esima e la 28esima settimana di gravidanza, proposto alle donne a rischio”*.

**Ancora una volta, quindi, la prevenzione e la diagnosi precoce sono gli strumenti a disposizione per evitare o comunque gestire questa malattia**. Anche per questo, **l'Azienda USL di Parma**, per celebrare la giornata mondiale del diabete **organizza incontri di educazione sanitaria, con distribuzione di materiale informativo nelle Case della Salute e in piazza**. Questo il calendario degli appuntamenti: Casa della Salute di **Colorno**, 13 novembre, dalle 9 alle 12; Casa della Salute di **Langhirano**, 13 novembre dalle 9 alle 12; Casa della Salute di **Collecchio**, 14 novembre, dalle 9 alle 11; piazza Garibaldi, **Fidenza**, 15 novembre, dalle 9 alle 13, un evento, quest'ultimo, realizzato in collaborazione con la locale Croce Rossa Italiana e che rientra tra le iniziative che l'AUSL organizza per i primi 10 anni di attività dell'Ospedale di Vaio.

Ufficio stampa  
Simona Rondani  
Cell. 320.6198715