



## IL DIABETE DI TIPO 2

Il diabete di tipo 2, detto anche "diabete non-insulino-dipendente", è una malattia metabolica cronica su base multifattoriale, caratterizzata da una riduzione della quantità di insulina prodotta dal pancreas (**deficit di secrezione di insulina**) e/o dall'incapacità dell'organismo di utilizzarla in maniera appropriata (**insulino-resistenza**). La variabile combinazione di questi difetti porta a un aumento dei livelli di glucosio nel sangue: **l'iperglicemia**

**È la forma più comune di diabete.** In Italia, ad esempio, **circa il 90%** degli oltre 3 milioni di persone con diabete ha il diabete di tipo 2. Anche se tipicamente compare negli adulti dopo i 40 anni, **l'età di insorgenza si sta abbassando** e il diabete di tipo 2 sta diventando sempre più frequente nei giovani adulti e anche nei bambini

Allo sviluppo del diabete di tipo 2 **concorrono sia una predisposizione genetica sia aspetti caratteristici dell'individuo, alcuni dei quali modificabili**, sui quali cioè è possibile intervenire efficacemente. Nei soggetti predisposti, i fattori di rischio che possono favorire la malattia includono tra gli altri: eccesso di peso corporeo, ipertensione arteriosa, basso colesterolo HDL e livelli elevati di trigliceridi.

Se lo si trascura o se lo si cura male, il diabete può determinare danni più o meno gravi a vari organi e tessuti, soprattutto nelle persone predisposte. I danni possono essere, ad esempio, a carico degli occhi, dei reni, dei nervi, delle arterie e del cuore. Da questo punto di vista **il diabete può essere definito una malattia sistemica**, che può cioè coinvolgere tutto l'organismo.

In certi casi le complicanze sono clinicamente presenti già al momento della diagnosi, se la stessa, come purtroppo spesso ancora accade, è posta in ritardo di anni rispetto al reale inizio dell'iperglicemia.

Il diabete di tipo 2 è **uno dei maggiori fattori di rischio per le malattie cardiovascolari**, come scompenso cardiaco infarto del miocardio, ictus cerebrale e arteriopatia obliterante agli arti inferiori, generate da alterazioni delle arterie di tipo aterosclerotico e dalla formazione di placche che restringono i vasi e sulle quali possono formarsi trombi che li possono occludere.

Il sesso maschile, l'età avanzata, il fumo di sigaretta, l'ipertensione, l'ipercolesterolemia e la dislipidemia sono fattori che aumentano il rischio di complicanze cardiovascolari associate al diabete.

Il diabete richiede una gestione aggressiva e un trattamento mirato al:

- controllo della **glicemia**;
- monitoraggio e controllo della **pressione arteriosa** e dei **lipidi**;
- controllo e prevenzione delle **complicanze**.



Le opzioni per il trattamento del diabete di tipo 2 sono di due tipi:

- **non farmacologiche**, cioè modifiche dello stile di vita e della dieta; per ridurre il rischio cardiovascolare, si raccomanda ad esempio di mantenere un giusto peso corporeo, svolgere regolarmente attività fisica, limitare il consumo di alcol, evitare il fumo di sigaretta e per quanto possibile lo stress;
- **farmacologiche**, che prevedono l'impiego di uno o più farmaci per gestire l'iperglicemia; anche se attualmente non esistono terapie farmacologiche risolutive per il diabete di tipo 2, un trattamento precoce e appropriato può aiutare a ridurre il rischio delle complicanze correlate alla malattia.

Il programma di cura della persona con diabete deve includere **visite mediche periodiche** dal proprio medico di medicina generale e dallo specialista diabetologo, secondo un piano concordato individualmente, che tenga conto delle specifiche caratteristiche cliniche del paziente. Nel monitoraggio della malattia non va trascurata **l'esecuzione periodica di esami** di laboratorio (come l'emoglobina glicata) e strumentali (ad esempio, elettrocardiogramma) per evitare che possano insorgere problemi anche gravi.

#### **Fonti di riferimento**

- EpiCentro (Istituto Superiore di sanità) "Diabete": <https://www.epicentro.iss.it/diabete/>
- International Diabetes Foundation "Diabetes complications": <https://idf.org/about-diabetes/diabetes-complications/>
- International Diabetes Foundation "Type 2 Diabetes": <https://www.idf.org/aboutdiabetes/type-2-diabetes.html>
- SID (Società Italiana di Diabetologia) "Diabete tipo 2": <https://www.siditalia.it/informazione/diabete-tipo-2>
- SID (Società Italiana di Diabetologia) "Complicanze del diabete": <https://www.siditalia.it/informazione/complicanze-del-diabete>

EVENTO REALIZZATO DA



IN PARTNERSHIP CON

