

**ZIUA MONDIALĂ A DIABETULUI - 14.11.2013**

**ANALIZA DE SITUAȚIE 2013**

**DATE STATISTICE LA NIVEL INTERNAȚIONAL, EUROPEAN, NAȚIONAL**

*Preambul*

Ziua Mondială a Diabetului 2013 are ca slogan “INTELEGE DIABETUL ,PREIA CONTROLUL ! ” .

Diabetul este provocarea majoră de sănătate a secolului 21. Actualmente există 371 milioane de persoane cu diabet și aproximativ 280 milioane cu risc major de a dezvolta această afecțiune. Pentru anul 2030 se prognozează în jur de o jumătate de miliard de persoane cu diabet. În acest sens fiecare este implicat și fiecare are un rol de jucat în a ajuta la reducerea aflului persoanelor cu diabet și a proteja viitorul.

Campania din 2013 își dorește să inspire și să angajeze comunitățile locale în promovarea și diseminarea mesajelor simple de educație și prevenție și să angajeze activități cu puternic impact asupra publicului, vizând diabetul și consecințele acestuia pe termen lung.

De la nivel local la nivel global campania dorește să puncteze importanța multitudinii de acțiuni mici și simple care pot realiza rezultate semnificative pentru persoanele cu diabet și a celorla risc.

Pentru anul 2013 campania are patru mesaje cheie:

Cele mai populate Țări pe Glob: 1. China 2. India 3. Diabetul 4. USA 5. Brazilia

Diabetul: Cunoaște Complicațiile!

Diabetul: fără discriminare!

1 din 2 persoane cu diabet nu știe că are această afecțiune. Tu ești la risc?

### **Diabet - date statistice**

La nivel internațional

371 milioane de persoane au diabet; până în anul 2030 numărul lor va crește la 552 milioane

Numărul persoanelor cu diabet este în creștere în toate țările

80% dintre diabetici trăiesc în țări slab sau mediu dezvoltate

Majoritatea persoanelor cu diabet au vârsta între 40 și 59 de ani

186 milioane de persoane (50%) au diabet nediagnosticat

În anul 2012 s-au înregistrat 4,8 milioane de decese datorate diabetului

În anul 2012 au fost cheltuiți 471 miliarde de dolari americani, pentru îngrijirile medicale ale bolnavilor de diabet, ceea ce reprezintă 11 % din totalul cheltuielilor pentru adulți ( 20-79 ani)

78 000 copii dezvoltă diabet de tip 1, în fiecare an.

### **La nivel național**

Conform statisticilor naționale în anul 2012 s-au înregistrat 33.528 cazuri noi de diabet. În București s-au înregistrat 3867 cazuri noi. Dintre județe în Dâmbovița s-au înregistrat cele mai numeroase cazuri noi 1425 iar în Giurgiu cel mai redus de cazuri noi, respectiv 111.

Prevalența afecțiunii în același an a fost 315,6 la 100.000 de locuitori. În Municipiul București

prevalența a fost de 405,0 la 100.000 locuitori. Județul cu cea mai ridicată prevalență a fost Sălajul cu 550,6 la 100.000 locuitori, iar județul cu cea mai redusă prevalență a fost Bistrița-Năsăud cu 130,1 la 100.000 de locuitori

Statisticile OMS estimează că decesele prin diabet se vor dubla în perioada 2005- 2030.

În anul 2008 prevalența diabetului la populația de peste 25 de ani în Europa a fost de 8,75% .

Predicția pentru anul 2030 a numărului de persoane cu diabet a plasat Turcia în rangul întâi, într-o ierarhie a valorilor înregistrate în 53 de țări din Europa, cu un număr de 6.422.000, iar pe ultimul a plasat Monaco cu 3000 persoane. În România pentru anul 2030 se prognozează un număr de 1.395.000 bolnavi cu diabet.

Rata standardizată a mortalității prin diabet în anul 2010 a fost de 8 la o sută mii locuitori .

## II. REZULTATE RELEVANTE DIN STUDII NAȚIONALE ȘI INTERNAȚIONALE CU PRIVIRE LA DIABET

### Despre Diabetul Zaharat

Diabetul este o afecțiune cronică ce apare în contextul unei hipoproducții pancreatice de insulină sau când organismul nu utilizează în mod corect insulina care se produce. Insulina este un hormon secretat de celulele pancreatice, care ajută celulele să preia glucoza din sânge și să o transforme în energie. Producția insuficientă de insulină sau utilizarea incorectă a acestora duce la creșterea nivelului de glucoză în sânge – hiperglicemia. Aceasta este asociată, pe termen lung cu afectarea și insuficiența multor organe și țesuturi.

### Tipuri de diabet

Diabet de tip 1 – este o boală autoimună caracterizată de distrugerea celulelor pancreatice producătoare de insulină . Se mai numește *diabet insulino-dependent*. Producția insuficientă de insulină, impune o administrare substitutivă zilnică. Diabetul de tip 1 este diagnosticat cel mai frecvent la copii sau la adulții tineri (diabet juvenil).

Diabetul de tip 2 – este caracterizat prin rezistența la insulină . Pacienții cu acest tip de diabet nu pot utiliza corespunzător insulina, care se secretă normal. Exercițiile fizice și dieta sunt de ajutor, totuși în multe cazuri este nevoie de antidiabetice orale sau chiar insulină.

Se mai numește

*diabet non-insulinodependent*

sau diabetul de maturitate. Este tipul de diabet întâlnit cu o frecvență de 90%, în lume există peste 300 milioane de persoane cu diabet de acest tip.

Atât tipul 1 cât și tipul 2 de diabet sunt afecțiuni grave.

Diabetul gestațional - hiperglicemie apărută pentru prima dată în timpul sarcinii, la femei care nu au diagnostic de diabet. Afectează 4 % dintre femeile gravide.

Simptomatologia este săracă și în mod normal dispare după naștere. Totuși femeile care au avut diabet gestațional au un risc crescut de a dezvolta ulterior diabet de tip 2.

Conform ultimelor date ale IDF- Federația Internațională de Diabet, există peste 360 milioane de persoane cu diabet în întreaga lume. Dacă nu sunt luate măsuri, IDF apreciază că în anul 2013, vor fi aproximativ 500 milioane de oameni cu această maladie.

Semne și simptome de alarmă

Urinări frecvente

Sete excesivă

Polifagie

Pierdere în greutate

Oboseală

Lipsă de interes și concentrare

Vărsături și dureri gastrice

Furnicături și/sau amorțeală la nivelul membrelor

Vedere încețoșată

Infecții frecvente

Vindecarea tardivă a rănilor.

### **Factori de risc pentru Diabetul de tip 2**

Supraponderea și obezitatea

Sedentarismul

Intoleranță la glucoză

Dietă nesănătoasă

Vârsta

Hipertensiunea arterială și hipercolesterolemia

Istoric familial de diabet

Istoric de diabet gestațional

Rasa și etnia – o rată crescută a diabetului a fost semnalată la populația din Asia, la hispanici, la populația indigenă din SUA, Canada, Australia și la afro-americieni.

### **Diabetul - educație și prevenție**

Educație în diabet

A avea diabet este dificil. Pentru tratamentul și managementul bolii, acești bolnavi trebuie să ia decizii importante toată viața: să își măsoare zilnic nivelul glicemiei, să ia medicamente, să facă exerciții fizice cu regularitate, să își ajusteze dieta și să își schimbe obiceiurile alimentare. Mai mult, bolnavii diabetici trebuie să facă față tuturor complicațiilor bolii, prin importante ajustări în plan psihologic. Rezultatele se bazează în mare parte pe deciziile luate, de aceea este foarte important ca acești bolnavi să fie bine instruiți în legătură cu boala lor, iar nevoile fiecăruia să poată fi ajustate de personal medical specializat .

Fără o educație specială despre diabet, acești bolnavi nu sunt pregătiți să ia decizii, să își schimbe comportamentul și să înfrunte toate problemele ridicate de această boală. Un management deficitar al bolii duce la rezultate medicale slabe și la creșterea riscului pentru complicații.

Educația bolnavilor diabetici se realizează având la dispoziție o echipă multidisciplinară. În unele țări există astfel de echipe, dar în multe altele, nu numai că nu există, dar nici nu îi este recunoscută importanța din punct de vedere medical.

### **Prevenție primară în diabet**

Până în prezent, tipul 1 de diabet nu poate fi prevenit. Factorii de mediu care declanșează procesul patologic ce duce la distrugerea celulelor pancreatice, sunt încă în studiu.

Tipul 2 de diabet, poate fi prevenit în multe cazuri prin menținerea în limite normale ale greutateii și prin evitarea sedentarismului.

Federația Internațională de Diabet propune un plan simplu, în trei pași pentru prevenția diabetului de tip 2. În primul rând trebuie să fie identificate persoanele cu risc crescut de diabet de tip 2, folosind un chestionar, care să investigheze existența factorilor de risc (vârsta, greutatea, circumferința taliei, istoricul familial de diabet, asocierea cu boli cardiovasculare sau diabet gestațional). Odată identificați, pacienții la risc, trebuie să-și determine nivelul seric al glicemiei și să facă un test de încărcare la glucoză. Apoi trebuie să fie instruiți despre boală și cum pot evita sau întârzia debutul diabetului de tip 2.

Studiile de specialitate arată că menținerea unei greutatei în limite normale și activitatea fizică moderată pot preveni apariția diabetului de tip 2. În prevenția primară a bolii un loc important îl are educația pentru sănătate. FID recomandă cel puțin 30 de minute de activitate fizică pe zi, cum ar fi : plimbări, înot, ciclism sau dans. Plimbările regulate de cel puțin 30 de minute pe zi, reduc riscul de apariție a DZ tip 2 cu 35-40% .



Recomandări OMS pentru prevenirea și combaterea diabetului

OMS urmărește impunerea și susținerea măsurilor eficace de urmărire, prevenție și de luptă împotriva diabetului, a complicațiilor sale, în mod particular în țările cu venituri mici și intermediare .

În acest scop:

furnizează linii directoare științifice asupra prevenirii diabetului

stabilește norme și criterii de îngrijire pentru această maladie.

Sensibilizează specialiștii asupra epidemiei mondiale de diabet Federația Internațională a Diabetului prin celebrarea „Zilei mondiale a diabetului” din 14 noiembrie, urmărește:

asigurarea monitorizării diabetului și a factorilor săi de risc.