

■ DIABETOLOGIA

Prevenzione, l'arma vincente contro il diabete di tipo 2

Accanto alla presentazione ufficiale della nuova edizione delle linee guida delle due principali società scientifiche internazionali di diabetologia (l'americana ADA e l'europea EASD) il recente congresso dell'European Association for the Study of Diabetes di Berlino (1-5 ottobre 2018) ha riservato ampio spazio di discussione al tema della prevenzione di questa insidiosa malattia.

“È arrivato il momento di cambiare registro e di promuovere un deciso cambio di marcia contro il DMT2, malattia potenzialmente molto grave che può essere tuttora efficacemente prevenuta, come tanti studi *'proof of concept'* hanno ormai dimostrato” - ha dichiarato il Prof. **Francesco Purrello** - Presidente Società Italiana di Diabetologia (SID) e ordinario di Medicina Interna, Università degli Studi di Catania.

Una serie di evidenze - ricorda Purrello - dimostra che è possibile prevenire o almeno ritardare la comparsa del diabete tipo 2 in soggetti ad alto rischio di malattia. Ciò è stato ottenuto con interventi coordinati su riduzione del peso corporeo e aumento dell'attività fisica. I risultati di questi studi hanno inoltre

dimostrato che questi interventi sullo stile di vita non sono fugaci ma, al contrario, la riduzione del rischio di sviluppare DMT2 si mantiene nel tempo, al contrario di quanto avviene quando la prevenzione viene effettuata solo con interventi farmacologici, i cui effetti, comunque minori rispetto a quanto ottenuto con dieta ed attività fisica, si perdono al momento dell'interruzione della terapia”.

La ricerca scientifica nel frattempo si sta muovendo in diverse direzioni per cercare di individuare quali marcatori genetici o biologici possano essere utilizzati per individuare con maggiore precisione i soggetti ad alto rischio di sviluppare il diabete e su di loro concentrare gli interventi di prevenzione.

► La sfida: trasferire le evidenze in pratica clinica

“La buona notizia è che gli studi scientifici hanno dimostrato che è possibile prevenire efficacemente il DMT2, ma adesso la vera sfida è quella di trasferire le evidenze scientifiche nella pratica clinica. La posta in gioco è enorme. Il diabete tipo 2 è una malattia con gravi conseguenze in termini di qualità di vi-

ta e di mortalità ed è anche molto costosa in termini di costi diretti e indiretti. È dunque un dovere della comunità scientifica, delle autorità sanitarie ma anche di ogni medico mettere in campo delle misure coordinate e continuative per invertire la tendenza attuale, che ci vede assistere impotenti all'avanzare di questa pandemia. Dobbiamo innanzitutto combattere questo atteggiamento rassegnato perché le battaglie non si possono vincere con un esercito demotivato. Ognuno di noi deve diventare ambasciatore della prevenzione, del vivere sano. È necessario anche combattere la *fake news* sul diabete visto come condizione benigna; niente di più falso. In sintesi dovremmo creare più consapevolezza.

In questo scenario il ruolo del medico di medicina generale è cruciale: attraverso gli strumenti che ha a disposizione può individuare i soggetti a rischio di progressione verso la malattia. È auspicabile un percorso condiviso attraverso la stretta collaborazione Mmg-Centro di Diabetologia. Insieme paziente (individuo a rischio) - Mmg - diabetologo sono il potenziale per ridurre il rischio di diabete - conclude il Prof. Purrello.



Attraverso il presente QR-Code è possibile ascoltare con tablet/smartphone il commento di Francesco Purrello