

L'AQUILA: AUMENTA DIABETE, "SISMA NON C'ENTRA, CITTA' GIA' A RISCHIO"

21 Novembre 2012



L'AQUILA – Per una volta non è il post-sisma la causa dei malanni degli aquilani. Infatti, come spiega il direttore del servizio di Diabetologia del San Salvatore dell'Aquila, la dottoressa Rossella Iannarelli, le cause del vertiginoso incremento di soggetti diabetici non sono da attribuire esclusivamente allo stress provocato dal terremoto del 2006.

“L'Aquila aveva già una concentrazione di percentuale elevata nel 2006-2007 – afferma la dottoressa Iannarelli – con un tasso che oscillava dal 7 al 9 per cento. Oggi siamo sull'8 per cento, quindi il terremoto avrà sicuramente inciso ma quest'aumento era comunque nell'ordine delle cose”.

I fattori sono molteplici e riguardano principalmente l'errato atteggiamento alimentare che in molti, specie nelle grandi città, non riescono a migliorare. Oltre la predisposizione genetica, che spesso muta progressivamente da generazione a generazione, tra gli elementi che determinano la comparsa del diabete ci sono sicuramente i fattori ambientali che incidono drammaticamente sulla salute dell'individuo.

I paesi più colpiti sono quelli del progresso, quindi gli Occidentali, anche se ormai, con il rovesciamento dell'assetto economico, in pochi anni sia l'Africa che l'Oriente subiranno un'incremento di diabetici tra la popolazione.

“Attualmente sono già 350 milioni i soggetti colpiti da diabete in tutto il mondo – spiega – Una cifra preoccupante se si pensa che quello era il numero stimato per il 2025-2030. Nel prossimo ventennio si arriverà quindi a un miliardo”.

“Lo stile di vita sregolato dei paesi Occidentali, fatto di sedentarietà e cattiva alimentazione, è la causa principale di questo aumento – ribadisce – Anche la povertà generalizzata incide sull'alterazione del peso perché i cibi spazzatura contengono più grassi e zuccheri a rapido assorbimento”.

“Il mio consiglio – conclude – è quello di modificare il proprio stile di vita. Attività fisica per almeno 30 minuti cinque giorni a settimana, evitare un'alimentazione ricca di grassi e bevande che contengono gli zuccheri cercando di seguire la dieta mediterranea, mantenere il normopeso, evitare di ingrassare e tenere sott'occhio la circonferenza vita, che è il primo segno di disfunzione”.