

L'INTERVISTA

La ricerca ci potrà salvare dal diabete

l'intervista

Toscana Salute

di MARCO SABIA

Stefano Del Prato dirige l'Unità operativa di Malattie del metabolismo e diabetologia dell'Università di Pisa. È stato presidente della Società Italiana di Diabetologia e vicepresidente dell'Associazione Europea per lo Studio del Diabete. È un riferimento assoluto in Italia e non solo quando si parla di diabete. Così come lo è il reparto che dirige all'ospedale di Cisanello. Per questo rivolgersi a Del Prato è una certezza quando l'argomento da trattare è il diabete. Del Prato cura anche un blog, sul sito della fondazione Umberto Veronesi, dove spiega in parole semplici cosa sia il diabete e cosa comporti.

Dottor Del Prato, quante persone sono affette da diabete in Toscana?

«Il conto è presto fatto, visto che interessa il 6-7% della popolazione. In Toscana ci sono 3.753.000 persone, per cui circa 200.000 sono affette di diabete, di cui il 90% da quello di tipo 2. E ogni anno le diagnosi aumentano».

Cosa possiamo fare per "contrastare" il diabete?

«L'aumento del diabete è legato a molti aspetti: il cambiamento dello stile di vita, l'alimentazione errata, lo stress e anche l'inquinamento. Sessant'anni fa la Toscana era rurale e la gente faceva movimento lavorando. Oggi è tutto meccanizzato e ci muoviamo sempre meno. Si paga per andare in palestra e poi ci andiamo, prendendo l'ascensore, spendiamo per cibi particolari e ci dimentichiamo dei benefici della dieta mediterranea. E poi i giovani: ai miei tempi passavamo le giornate a rincorrere un pallone, adesso abbiamo i pollici allenati per smartphone e videogiochi. È un problema, tenendo conto che il 10% del budget del sistema sanitario nazionale va nella "gestione" del diabete. Basti pensare che delle risorse destinate al diabete il 55% viene speso per i ricoveri. I soldi sono salute, al giorno d'oggi».

A quali sintomi dobbiamo fare attenzione?

«Parliamo, ad esempio, della condizione di "pre-diabete": di 10 persone in questo stato circa 3-4 fra 10 anni avranno il diabete. Il problema è che più si è a rischio, meno si è disposti a prendere dei provvedimenti: è paradossale. Non sono io a dirlo ma degli studi fatti per analizzare la percezione del diabete nel nostro Paese: abbiamo osservato che l'italiano conosce il diabete ma che più rischia di svilupparlo, meno è disposto a cambiare stile di vita. È un po' come quando non andiamo dal dentista finché il mal di denti non ci fa impazzire dal dolore. Questo è un problema, che si risolve cambiando mentalità a livello di società civile. In molti casi basterebbe perdere il 5-10% del proprio peso per stare meglio, perché l'obesità influisce. Se sono in sovrappeso devo migliorare la qualità di ciò che mangio e aumentare l'attività fisica. Camminare mezzora al giorno per 5 giorni a settimana riduce del 56% il rischio di sviluppare la malattia nei pre-diabetici, così come c'è una correlazione lineare tra lo stare alla tv e le possibilità di diventare diabetici. Si tratta di accorgimenti fondamentali quanto le cure, a cui però non si dà abbastanza peso».



IL CURRICULUM

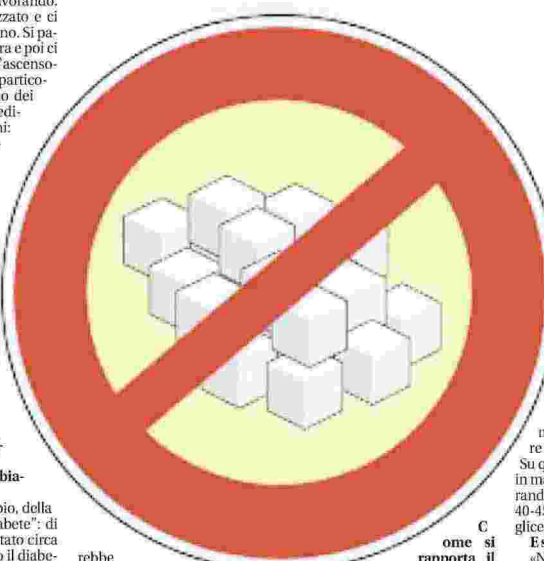
Una carriera internazionale

Il professor **Stefano Del Prato** si è laureato con lode in Medicina e Chirurgia nel 1978. Si è quindi specializzato in Endocrinologia nel 1981 e in Medicina interna nel 1987. Dalla laurea al 1983 è stato medico interno alla facoltà di Medicina dell'università di Padova e dal 1983 ha ricoperto la posizione di Post-Doctoral Fellowship in Endocrinology alla Yale University di New Haven, in Connecticut.

Dal 1990 al 2000 è stato professore associato in Malattie del metabolismo all'Università di Padova e dal 2000 al 2001 è stato associato in Endocrinologia all'Università di Pisa, dove è stato nominato professore ordinario nello stesso settore disciplinare dal 2001. Dal 2012 è professore onorario della Universidad Cayetano Heredia di Lima, in Perù. Ha svolto ricerche avanzate nel settore del metabolismo con particolare riferimento a studi sul diabete di tipo II. È autore o co-autore di oltre 500 pubblicazioni di alto impatto scientifico. Per questo il Senato accademico ha conferito l'Ordine del Cherubino al professor Del Prato.

Alla ricerca del vaccino contro il diabete

A fianco il dottor Da Prato, in alto con la sua equipe



le il "valore" della salute».

A livello di diagnosi precoce a che punto siamo?

«Per il diabete di tipo 1 ci sono gli esami di laboratorio, per il 2 i fattori sono molteplici: indagare sui familiari di primo grado, sull'etnia (nord-africani e asiatici sono più portati), sul sovrappeso, sull'ipertensione, sui trigliceridi. Poi c'è la questione del diabete "gestazionale", che si può manifestare e poi scomparire nelle donne in gravidanza. Su questo la Regione si è mossa in maniera importante, monitorando le gravidanze. E poi, dai 40-45 anni in poi, controllare la glicemia a digiuno ogni 3 anni».

E sulle cure?

«Negli anni anche la terapia insulinica è cambiata in maniera incredibile, basti pensare che ci sono 13 classi di farmaci a disposizione, perché il futuro è la personalizzazione della medicina, che deve essere a misura del singolo paziente. È quello che viene fatto, ad esempio, in oncologia, anche perché ogni persona può reagire in maniera differente al farmaco. Comunque i ricercatori stanno lavorando su sistemi miniaturizzati che producono l'insulina (pancreas artificiali), su cellule riconvertite che tornano a produrla o sul risveglio di quelle che potenzialmente no-

trebbero farlo. Poi c'è il vaccino, nel caso del diabete 1. Credo che il vaccino per il diabete autoimmune (il tipo 1) arriverà prima della cura del tipo 2, anche perché stiamo scoprendo che il tipo 2 "nasconde" altri sottotipi. Senza dimenticare che si parla anche di diabete di tipo 1,5, che sta a metà fra le due forme più conosciute».

Il diabete è percepito come una malattia degli anziani, ma non è così...

«Esatto, si pensi al diabete infantile. Qui è fondamentale prima coi genitori che coi figli, perché questi ultimi imparano prima a diventare gli "infermieri" di se stessi. Ai ragazzi va spiegato che col diabete di tipo 1 pos-

Il dottor Del Prato: «In Toscana 200.000 persone affette da questa patologia»

sono fare qualsiasi attività, prendendo i giusti accorgimenti. Il tennista Artur Ashe, ad esempio, era diabetico; la bellissima attrice Halle Berry lo stesso, lo stesso Winston Churchill anche. Un bambino che ha il diabete deve sentirsi tranquillo ma allo stesso tempo consapevole della natalologia».

NUMERI

3,5

MILIONI LE PERSONE CON DIABETE DI TIPO 1 OPPURE DI TIPO 2. SI TRATTA DI OLTRE IL 5% DELLA POPOLAZIONE. QUELLE CON DIABETE DI TIPO 1 - PATOLOGIA CRONICA, AUTOLIMINE, INSULINO-DIPENDENTE, CHE COLPISCE SOPRATTUTTO BAMBINI E RAGAZZI - SONO CIRCA 300 MILA E L'INCIDENZA È IN AUMENTO. IN ITALIA COME NEL MONDO

450

MILIONI GLI ADULTI NEL MONDO CON IL DIABETE SECONDO GLI ULTIMI DATI RILEVATI

640

MILIONI È IL TRAGUARDO DI PERSONE CON IL DIABETE CHE SI IPOTIZZA DI RAGGIUNGERE NEL MONDO ENTRO IL 2014. PREOCCUPANTE IL FATTO CHE, PER UN ADULTO CON DIABETE SU DUE, LA MALATTIA NON SIA DIAGNOSTICATA: NELLA MAGGIOR PARTE DEI CASI SI TRATTA DI DIABETE DI TIPO 2, TIPICO DELL'ETÀ ADULTA E SPESSE LEGATO A STILI DI VITA NON SANI (SCARSA ATTIVITÀ FISICA, OBESITÀ, SCORRETTA ALIMENTAZIONE)