

Guarire dal diabete è quasi impossibile, accettare il diabete è molto difficile, riportarlo sotto controllo arrivando a una situazione che somiglia molto alla normalità invece è possibile. Tutto sta a intendersi.

"Come guarire dal diabete" è il titolo di un incontro organizzato ad Abano Terme il 29 settembre dall'Associazione "Oltre il diabete". In questo incontro, come nel sito dell'Associazione, che ovviamente non ha nessun legame con Diabete Italia, si fa una pericolosa confusione fra delle pratiche consigliabili, altre accettabili (con qualche attenzione) e delle affermazioni molto pericolose – come si legge nello [state](#)
[nt](#) del
Comitato Scientifico di Diabete Italia.

La maggior parte delle testimonianze ha confermato quello che i diabetologi e le Associazioni che fanno riferimento a Diabete Italia dicono da sempre: perdere peso in maniera significativa, alimentarsi in modo sano e fare esercizio fisico consentono nel diabete di tipo 2 nella maggior parte dei casi di migliorare in modo anche sorprendente l'equilibrio glicemico.

Non è raro che una persona così facendo veda ridursi l'emoglobina glicata e possa fare a meno di molti o di tutti i farmaci. Nel diabete di tipo 1 l'effetto è una netta riduzione delle dosi di insulina necessarie. Per molti questo progresso sembra una guarigione. Attenzione però: se per guarigione si intende lasciarsi alle spalle il diabete, non recarsi più alle visite, non seguire più le prescrizioni, non fare più i controlli periodici allora no. Questo è impossibile. Ed è molto pericoloso farlo pensare. Inoltre la completa sospensione della terapia insulinica nel diabete di tipo 1 conduce alla chetoacidosi diabetica che, se non trattata tempestivamente può avere esiti gravi o addirittura fatali. Purtroppo spesso la cronaca si è dovuta occupare di casi in cui si è verificata questa inopinata eventualità. Ma sentiamo il racconto di Valentina Visconti incaricata da Diabete Italia di partecipare all'incontro di Abano Terme

Ho partecipato all'incontro per conto di Diabete Italia e ho sentito pubblicizzare la dieta vegano/crudista. Mangiando solo verdura cruda (non frutta), semi e qualche cereale selezionato, si introduce nel corpo vita ed energia; al contrario, i cibi cotti, soprattutto quelli di origine animale, apportano morte (essendo nello specifico, riuccisi nell'atto della cottura). Kirt Tyson testimonial chiave dell'incontro ha raccontato di aver potuto interrompere la cura con insulina e metformina attraverso l'alimentazione vegano/crudista e l'esercizio fisico. Tyson sostiene che la convinzione e la motivazione (che erano facili da suscitare nel combattere il diabete di tipo 2, di cui era convinto di essere affetto) sono determinanti per la guarigione, tanto

quanto la dieta vegana.

In seguito ci sono stati diversi interventi persone con diabete di tipo 2 (tutti afferenti all'associazione) che hanno affermato di essere guariti attraverso la dieta vegana, perdendo in media una trentina di chili raggiungendo glicemia a digiuno sui 120 mg/dl, in genere dopo essere andati in pensione. Una ragazza, diabetica di tipo 1 che ha dichiarato di aver convissuto con un diabete molto instabile nonostante le 60 U di insulina al giorno, grazie alla dieta vegana ora fa solo 6 U/die riferendo un controllo molto più stabile. Nessuno dei relatori ha esortato esplicitamente il pubblico ad adottare l'alimentazione vegano/crudista o a modificare la terapia diabetologica.

Sempre più frequentemente siamo raggiunti da messaggi che parlano di “GUARIGIONE DEL DIABETE”. Cosa c'è di vero? Diabete Italia è stata interpellata e coglie l'occasione per fare il punto della situazione alla luce di rigorose evidenze scientifiche.

Il diabete mellito è una malattia cronica complessa che richiede:

1. continui e molteplici interventi sui livelli glicemici e sui fattori di rischio cardiovascolare, finalizzati alla prevenzione delle complicanze acute e croniche;
2. un'attività educativa della persona con diabete, finalizzata all'acquisizione delle nozioni necessarie all'autogestione della malattia;
3. il trattamento delle complicanze della malattia, qualora presenti.

Per guarigione si intende il ripristino di un totale stato di salute.

Per remissione si intende la riduzione o scomparsa dei segni e dei sintomi di una malattia, in cui però è implicita la possibilità di una ricaduta. Se per una malattia acuta è possibile definire lo stato di guarigione, per una malattia cronica come il diabete, appare più corretto parlare di remissione piuttosto che di cura o guarigione. In analogia a certi tipi di tumori, dove la guarigione è definita come remissione completa di durata sufficiente tale che il rischio di recidiva è molto basso, per il diabete potrebbe avere senso considerare la remissione

prolungata come equivalente alla guarigione.

Si definisce remissione il raggiungimento di valori glicemici al di sotto del range di diabete in assenza di trattamento farmacologico attivo (anti-iperglicemico, immunosoppressivo) o chirurgico (procedure ripetute con devices endo lumenali). La remissione può essere parziale o completa.

La remissione è parziale quando la glicemia è mantenuta a valori sotto la soglia di diabete (HbA1c <6,5%, glicemia a digiuno 100-125 mg/dl) per almeno un anno, in assenza di terapia medica o procedure chirurgiche ripetute. Si definisce remissione completa quando i valori glicemici tornano alla normalità (HbA1c normali o < 5,7%, Glicemia a digiuno < 100mg/dl) e si mantengono per almeno un anno in assenza di terapie attive mediche o chirurgiche.

La remissione prolungata è una remissione completa che si mantiene per più di 5 anni e può essere considerata una vera e propria guarigione.

Per il diabete tipo 2 la remissione può essere ottenuta ad esempio dopo la chirurgia bariatrica o dopo un significativo calo di peso ottenuto con modifiche dello stile di vita.

Per il diabete tipo 1 la remissione potrebbe essere ottenuta con terapia immuno modulante o con un trapianto di isole che non richieda immunosoppressione, non dopo trapianto di pancreas, che richiede terapia immunosoppressiva, o impianto di pancreas artificiale.

La remissione anche prolungata del diabete tipo 1 e tipo 2 è possibile, tutti gli studi mostrano però che la cura definitiva del diabete tipo 1 e di molti casi di diabete tipo 2 risiede nella possibilità di provvedere una massa cellulare sostitutiva capace di due fondamentali funzioni: rilevare i livelli di zucchero nel sangue e secernere livelli appropriati di insulina nel letto vascolare.

Naturalmente l'auspicio è che la ricerca continui con alacrità e tenacia con quegli ingredienti di serenità, integrità, etica, trasparenza, moralità e terzietà indispensabili e che la diffusione di notizie sia tempestiva e puntuale, nell'analoga indispensabilità di serenità, integrità, etica,

trasparenza, moralità e terzietà.

da [Diabete Italia](#)