

Le Società Scientifiche e Professionali di Diabetologia e le Associazioni delle persone con diabete denunciano come, con sempre maggiore insistenza, vengano presentate al pubblico e alle persone con diabete sulla rete e sui giornali 'soluzioni' miracolistiche, in larga parte basate su diete drastiche (cibi crudi, diete alcaline, vegetariane o altro), con la promessa di 'guarire' in pochi giorni il diabete e di abbandonare le terapie farmacologiche, inclusa l'insulina. Chi propone queste diete 'guarisci-diabete' – e spesso si tratta di non medici – arriva anche ad accusare i diabetologi di trasmettere informazioni fasulle e di connivenza con l'industria del farmaco, allo scopo di mantenere un mercato e di perpetuare la malattia, a salvaguardia di interessi personali e commerciali.

“Sono iniziative che ci preoccupano – sostengono Diabete Italia, la Società italiana di diabetologia (Sid) e l'Associazione medici diabetologi (Amd) – e che perentoriamente segnaliamo alle autorità sanitarie competenti affinché siano consapevoli di quanto di ingannevole e potenzialmente pericoloso viene pubblicamente diffuso e affinché intervengano presso l'opinione pubblica per eliminare procedure senza fondamento scientifico”. La comunità scientifica nazionale e internazionale, l'Organizzazione mondiale della sanità e lo stesso Ministero della Salute da decenni sostengono a chiare lettere che la migliore prevenzione del diabete mellito è e rimane una sana igiene di vita (regolare attività fisica, dieta equilibrata e sana, moderato consumo di alcool e abolizione del fumo). Il fatto che la dieta sia un pilastro fondamentale del trattamento del diabete è un dato indiscutibile e irrinunciabile. Il problema nasce quando la terapia dietetica viene proposta come unica alternativa ai farmaci. Questo rischia infatti, denunciano gli esperti, di creare situazioni estremamente pericolose, soprattutto per le persone con diabete di tipo 1 che, senza insulina possono andare incontro a condizioni a rischio di vita.

**Il diabete tipo 1** è una malattia che deriva dalla perdita delle cellule che producono l'insulina, per distruzione autoimmune, per cui l'organismo ne diventa totalmente privo. La terapia di qualunque malattia endocrina, caratterizzata da una carenza ormonale si basa esclusivamente sulla somministrazione dall'esterno dell'ormone mancante (terapia 'sostitutiva'): ormoni tiroidei nel caso dell'ipotiroidismo, cortisolo nel caso del morbo della insufficienza surrenalica, testosterone nel caso dell'ipogonadismo e, ovviamente, **insulina nel caso del diabete.**

La sospensione del trattamento insulinico nella persona con diabete tipo 1 comporta gravissimi pericoli per la salute: chetoacidosi, coma e rischio di morte. Le Società professionali e scientifiche raccomandano dunque di non sospendere assolutamente la terapia insulinica e di contattare sempre il proprio medico prima di prendere in considerazione una dieta di qualunque natura quale che sia il tipo di diabete. Purtroppo soluzioni terapeutiche alternative e mai confermate con adeguati verifiche scientifiche, hanno già prodotto disgrazie enormi. Basti ricordare il caso della sedicenne di Firenze, deceduta pochi anni orsono, proprio in seguito alla sospensione della terapia insulinica, per seguire le indicazioni di una fantomatica curatrice. Basterebbe ricordare come, prima della scoperta dell'insulina, il diabete tipo 1 fosse una

malattia che conduceva rapidamente alla morte; non a caso, la scoperta dell'insulina valse ai suoi scopritori il premio Nobel. Il progressivo raffinamento della terapia insulinica oggi garantisce a chi è affetto da questa condizione un'aspettativa di vita pressoché sovrapponibile a quella delle persone senza diabete.

Per quanto riguarda **il diabete tipo 2**, per molto tempo definito anche 'diabete alimentare', da tempo è nota la sua relazione con una dieta troppo ricca di calorie, non equilibrata e il conseguente aumento del peso corporeo. Per questo, l'importanza dell'educazione alimentare, già a partire dall'età infantile, è argomento di numerosi documenti delle Società Scientifiche e di specifici programmi del Ministero della Salute. La stessa cura del diabete tipo 2 è basata sulla terapia nutrizionale, come dimostrato da un ampio numero di studi clinici controllati e ampiamente descritto negli 'Standard di cura per la terapia del diabete' ([http://www.aemmedi.it/files/Linee-guida\\_Raccomandazioni/2010/2010-2010\\_linee\\_guida.pdf](http://www.aemmedi.it/files/Linee-guida_Raccomandazioni/2010/2010-2010_linee_guida.pdf)) e addirittura richiesto dall'Agenzia italiana del farmaco (Aifa) come prerequisito, prima di accedere alle terapie farmacologiche. Gli esperti tuttavia sottolineano come la malattia diabetica sia estremamente eterogenea (peso corporeo di partenza, esigenze caloriche in funzione delle attività lavorative e sportive, patologie concomitanti, abitudini di vita e capacità di aderire alle indicazioni del medico) e richieda sempre l'intervento di personale sanitario qualificato. Non esiste cioè una dieta a 'taglia unica', che va bene per tutti. Non esistono diete miracolose. L'Associazione medici diabetologi, La Società italiana di diabetologia e Diabete Italia invitano pertanto tutte le persone con diabete e le loro famiglie a diffidare da suggerimenti terapeutici che non abbiano l'indispensabile conforto scientifico e invitano a non affidarsi a persone prive di alcuna qualifica medica, che peraltro delle loro improbabili teorie alimentari hanno fatto un vero e proprio business.

da [quotidianosanità.it](http://quotidianosanità.it)