

COMUNICATO STAMPA

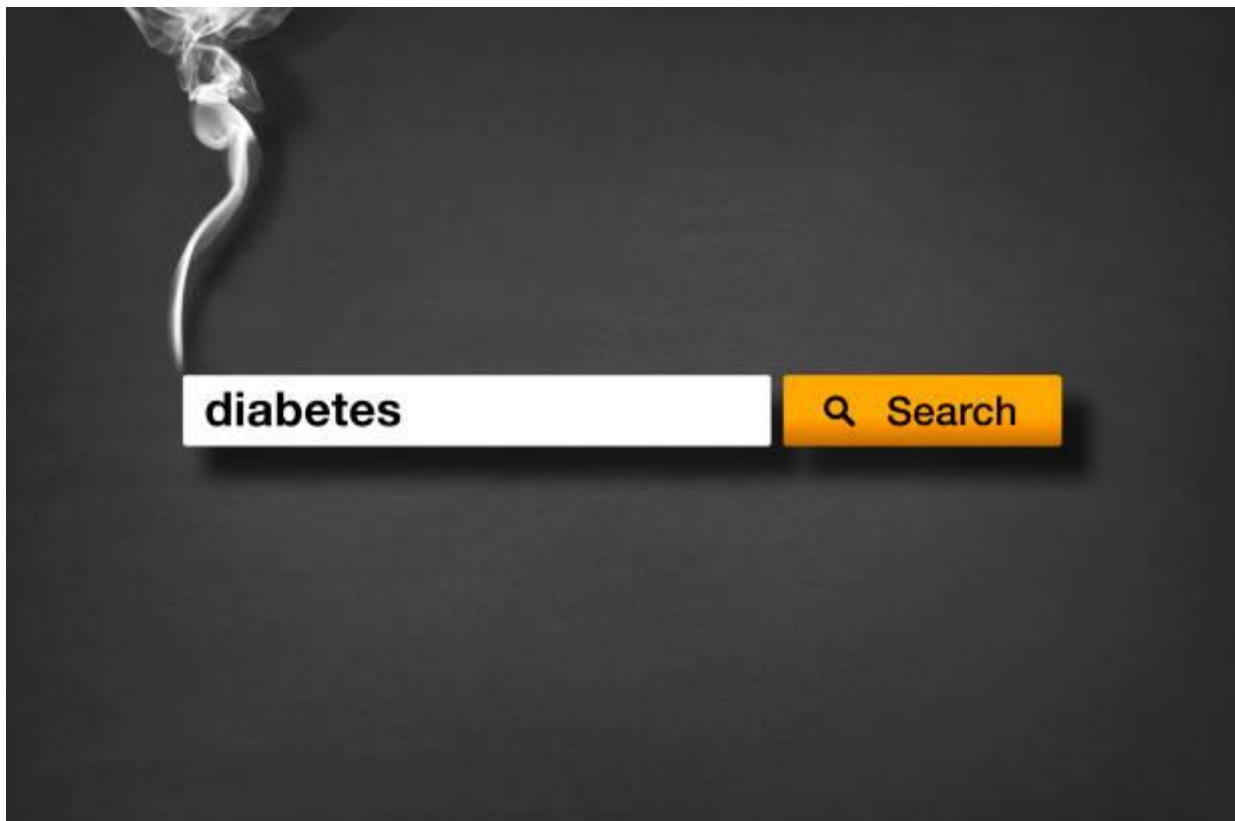
FUMO, DANNI CUMULATIVI PER CHI HA IL DIABETE

METTERE LA CESSAZIONE TRA I BUONI PROPOSITI DEL

NUOVO ANNO : GLI 8 MOTIVI SECONDO I DIABETOLOGI

**ASPETTATIVA DI VITA PIÙ BREVE DA 8 A 10 ANNI PER LE
PERSONE CON DIABETE CHE FUMANO**

FUMO AUMENTA IL RISCHIO DI AMMALARSI DAL 40%al 73%



For immediate release

Roma, 18 dicembre 2023 - Se fumare non fa bene a chi è 'sano', fa ancora peggio a chi ha una patologia cronica come il diabete. Recenti studi hanno quantificato in un + 37u-44% il rischio per un fumatore di sviluppare il diabete di tipo2. Fumatori che, proprio a causa della loro dipendenza, sono a maggior rischio di complicazioni, **oltre ad avere di fronte una aspettativa di vita più breve, calcolata tra 8 e dieci anni in meno.**

“E' assolutamente prioritario intercettare i fumatori **e aiutarli a smettere** per limitare il rischio che sviluppino una sindrome metabolica, resistenza all'insulina e diabete conclamato” sostiene il **Professor Angelo Avogaro, Presidente SID** “Sforzo ancora più impellente per le **persone con diabete che continuano a fumare** e che, a causa della dipendenza da sigarette, rischiano di veder peggiorare la propria condizione con un aumento delle complicate. **Il fumo aumenta del 58% la mortalità evitabile per tutte le cause nelle persone con diabete** di tipo 1 (64%) e tipo 2 (39%). Una ricerca pubblicata su Nature nel 2019 aveva chiarito che la nicotina attiva i neuroni nicotinici nel cervello, i quali regolano anche il rilascio di glucagone e insulina da parte del pancreas, determinando il rilascio di più alti livelli di glucosio nel sangue. Ma il rischio potrebbe essere ancora maggiore: al Congresso della European Diabetes Association che si è svolto ad Amburgo, sono stati presentati i risultati di una ricerca condotta al Karolinska Institutet in Svezia, in cui **non solo il fumo aumenta il rischio del 73% di sviluppare il diabete, ma che i fumatori presentano un profilo metabolico particolare, una sorta di 'firma' che funziona in sinergia con i fattori di rischio genetici.** In parole semplici i soggetti con profilo metabolico e rischio genetico di resistenza all'insulina avrebbero un rischio di diabete di oltre 2 volte maggiore”.

Ecco gli 8 motivi per smettere e porsi questo obiettivo come buon proposito per l'anno nuovo secondo i diabetologi:

1. Il fumo aumenta il rischio di sviluppare sindrome metabolica, insulino resistenza e diabete in più del 40% dei casi con un rischio direttamente proporzionale al numero di sigarette e agli anni in cui si è fumato;
2. Il fumo favorisce **l'accumulo di grasso addominale viscerale**, tipicamente correlato ad una minore tolleranza al glucosio e ridotta sensibilità all'insulina; Fumare più di 20 sigarette al giorno, infatti, raddoppia il rischio di avere grasso addominale rispetto a chi ne fuma solo 10 al dì;
3. La nicotina esercita un'azione antiestrogenica che favorisce il deposito del grasso attorno all'addome;

4. Il monossido di carbonio generato dalla combustione delle sigarette danneggia le pareti interne dei vasi sanguigni e provoca stress ossidativo e infiammazione cronica di basso grado;
5. La nicotina riduce la capacità delle cellule Beta del pancreas di secernere insulina e dell'insulina di abbassare i livelli di glucosio
6. Nei fumatori i livelli di emoglobina glicata sono aumentati e crescono all'aumentare del numero di sigarette fumate;
7. La nicotina ha effetti negativi sul sistema cardiovascolare e aumenta il rischio di eventi acuti e letali nelle persone con diabete. Smettere di fumare è un importante strumento di riduzione del rischio e prevenzione delle complicanze cardiovascolari associate alla malattia diabetica;
8. Anche nelle persone in terapia il fumo diminuisce il controllo della malattia, e l'assorbimento dell'insulina che risulta più lento nel sito di iniezione;

La formula per quantificare il rischio:

Gli effetti del fumo di sigarette sul diabete si possono calcolare con una formula, basta moltiplicare il numero di sigarette fumate al giorno per il numero di anni in cui si fuma e dividere per 20. Tanto per fare un esempio chi fuma 40 sigarette al giorno da 35 anni avrà un rischio del 70% di sviluppare diabete. Mentre chi fuma 10 sigarette al giorno da 25 anni avrà un rischio del 12,5%.

Tag: diabete tipo 1, insulina, cellule beta, autoimmunità, diabete tipo 2, SID, diabetologia, cecità, retinopatia, screening

Ufficio Stampa SID (Società Italiana di Diabetologia)

Mason&Partners

Dr.ssa Johann Rossi Mason

Mobile 347/2626993

jrossimason@gmail.com

masonandpartners@gmail.com

^[1] <https://doi.org/10.1038/s41598-019-56014-9>