



DIABETE IN ITALIA: NUMERI E FATTORI DI RISCHIO

Il diabete è una delle malattie croniche più diffuse in Italia e rappresenta una sfida importante per la salute pubblica. Secondo i dati della sorveglianza PASSI dell'Istituto Superiore di Sanità, nel biennio 2023-2024 **quasi il 5% degli italiani tra i 18 e i 69 anni convive con questa patologia.**

La frequenza del diabete aumenta con l'età: interessa circa il 2% delle persone sotto i 50 anni, mentre supera l'8% nella fascia tra i 50 e i 69 anni. La malattia è leggermente più diffusa negli uomini (5,2%) rispetto alle donne (4,4%) ed è più frequente tra le persone con un livello di istruzione più basso o con maggiori difficoltà economiche.

Il diabete nei bambini e negli adolescenti

In Italia **oltre 18.000 bambini e ragazzi sotto i 18 anni** convivono con il diabete. La prevalenza è di circa 1 caso ogni 1.000 abitanti nella penisola, mentre in Sardegna raggiunge i 3-4 casi ogni 1.000.

L'età pediatrica è caratterizzata **soprattutto dal diabete di tipo 1**, una malattia autoimmune. Negli ultimi anni, però, l'aumento dell'obesità infantile ha favorito anche la **crescita del diabete di tipo 2**, che oggi rappresenta circa il 2% dei casi pediatrici. Un dato strettamente collegato al fatto che in Italia un bambino su tre presenta un eccesso di peso.

La situazione in Friuli Venezia Giulia

In Friuli Venezia Giulia si stima che **circa 90.000 persone convivano con il diabete**, pari a una prevalenza compresa tra il 6% e l'8,1% della popolazione (dati 2021). La diffusione varia sensibilmente con l'età: riguarda circa il 2-3% delle persone sotto i 60 anni, ma supera il 20% nella popolazione anziana.

La maggior parte dei casi (91%) è rappresentata dal diabete di tipo 2. Il restante 9% comprende il diabete di tipo 1, che interessa soprattutto bambini e giovani (circa il 6% del totale), il diabete gestazionale, il diabete secondario e altre forme meno comuni.

Diabete e fattori di rischio cardiovascolare

Il diabete è **spesso associato ad altri importanti fattori di rischio per il cuore e i vasi sanguigni**, aumentando la probabilità di sviluppare complicanze cardiovascolari.

Tra le persone con diabete:

- il 50% soffre anche di ipertensione arteriosa, contro il 16% della popolazione senza diabete
- il 40% presenta ipercolesterolemia, rispetto al 17% di chi non è diabetico
- il 70% è in sovrappeso o obeso; nella popolazione senza diabete la percentuale è del 42%
- tra le persone in eccesso di peso, meno della metà (46%) segue una dieta per dimagrire
- il 48% conduce una vita sedentaria, contro il 33% delle persone senza diabete
- il 22% fuma, una percentuale simile a quella della popolazione generale (24%)

Questi dati evidenziano quanto sia importante non solo diagnosticare precocemente il diabete, ma anche promuovere uno stile di vita sano, basato su un'alimentazione equilibrata, attività fisica regolare, controllo del peso e monitoraggio dei principali fattori di rischio cardiovascolare.