Diabète : mieux vaut prévenir que guérir

Partage international n° 345 – Mai 2017

L'Afrique continue de souffrir du fléau de la faim et les Nations unies ont prédit que 20 millions de personnes rurales font face à une famine potentielle. Parallèlement, l'Afrique est touchée par ce qui autrefois était considéré comme une maladie du monde occidental. La baisse des taux de pauvreté a stimulé le niveau de vie des populations urbaines, ce qui a conduit à des changements dans les habitudes de consommation et les modes de vie. Le diabète de type 2 est monté en flèche car davantage de personnes sont en excès de poids. Depuis 1980, le nombre des diabétiques a quadruplé pour atteindre 422 millions, dont près de 90 % sont de type 2. Cherian Varghese, de l'Organisation mondiale de la Santé, a qualifié la propagation de la maladie dans le monde entier comme *« un tsunami au ralenti ».* La susceptibilité au diabète pourrait être plus grande dans les pays où l'approvisionnement alimentaire a historiquement fluctué, où les gens se sont adaptés physiquement, devenant mieux équipés pour stocker les graisses afin de survivre aux périodes de disette.

La maladie survient lorsque le pancréas ne produit plus suffisamment d'insuline ou qu'une personne devient résistante à sa propre insuline une hormone jouant un rôle clé dans la régulation des taux de glucose dans le sang. L'excès de sucre dans le sang empêche sa circulation dans le corps, en privant les organes ou les extrémités, et menant à des complications telles que la cécité ou les ulcères qui peuvent nécessiter l'amputation des jambes. Il n'y a pas de remède au diabète à l'heure actuelle, bien que la maladie puisse être gérée par la prise d'insuline, un médicament coûteux utilisé pour réduire la quantité de sucre dans le sang. La prévention ou la rémission peuvent cependant être relativement simples : en perdant quelques kilos, on peut éviter ou atténuer les effets de cette maladie à long terme.

La Fédération internationale du diabète (FID) a estimé le coût du diabète en vies humaines à cinq millions en 2015, plus que le total des morts combinés du VIH, de la tuberculose et du paludisme. Sa mission est de promouvoir les soins et la prévention dans le monde entier. Le Dr Ahmed Reja, chef de la FID en Afrique, annonce que la crise pourrait submerger les systèmes de santé et les économies nationales africaines.

En Éthiopie, les cas de diabète en milieu rural restent rares. En 1982, juste avant la famine, une étude a rapporté que seulement 0,34 % des Éthiopiens étaient diabétiques. Ces dernières années, l'économie d'Addis-Abeba, la capitale, a connu une croissance de 10 % l'an. Et le nombre de diabétiques a septuplé. Alors que le taux d'urbanisation s'envole, et que l'on estime que la population devrait tripler d'ici 2037, les taux de diabète sont appelés à exploser. En Éthiopie se répand la perception que la capacité de manger de grandes quantités d'aliments gras ou sucrés est symbole de l'amélioration tant attendue du niveau de vie.

« Addis et les autres grandes villes croissent de manière insensée. Quand j'étais au lycée, il y avait seulement deux pâtisseries dans toute la ville. Maintenant, vous voyez des pâtisseries ou des fast-foods à chaque coin de rue. Les habitudes alimentaires changent considérablement, explique le Dr Reja. *Il n'y a pas de doute : nous devons sortir de la pauvreté. Mais nous disons aussi que cela doit être géré. »*

Selon la FID, les avancées médicales potentielles ne seront pas suffisantes pour éviter la crise imminente. En l'absence flagrante d'un plan mondial efficace, une action politique concertée est nécessaire pour désamorcer cette bombe à retardement de la santé.

Facteurs de risques du diabète de type 2
1. Manque d'exercice
2. Obésité
3. Hérédité
4. Mauvaises habitudes alimentaires

Actuellement, un adulte sur deux souffrant de diabète de type 2 n'est pas diagnostiqué.

Sources : idf.org ; telegraph.co.uk
Thématiques : Sciences et santé
Rubrique : Tendances