
Le diabète



2015 Bagooduth Kallooa, Photoshare. Une infirmière spécialisée en diabète à Port Louis, Maurice, enseigne un patient à des exercices simples.

Langue Français

Le diabète est l'une des maladies les plus répandues au monde et l'une des principales causes de décès. Étant donné que le taux de diabète augmente d'année en année, l'accès au traitement et aux soins pose un défi majeur pour la santé mondiale.

Le diabète fait partie des 5 premières causes de mortalité dans la plupart des pays à revenu élevé. En 2015, 387 millions de personnes (dont 77% dans les PRIT) souffraient de diabète, et sans programmes de prévention et de prise en charge efficaces ce chiffre devrait atteindre les 592 millions d'ici 2035. Malgré la gravité que peut revêtir le diabète, près de la moitié des diabétiques ignorent qu'ils le sont.

À savoir

- Le diabète est une maladie chronique qui survient lorsque le pancréas n'est plus capable de produire de l'insuline, ou lorsque l'organisme ne peut pas utiliser correctement l'insuline qu'il produit.
- Environ une personne sur dix dans le monde vit avec le diabète. Ce chiffre devrait passer de 537 millions d'adultes à 643 millions en 2030 et 784 millions en 2045. La grande majorité de ces personnes vivent dans des pays à revenu faible et intermédiaire.
- Un siècle après la découverte de l'insuline, bon nombre des personnes qui ont besoin de ce produit n'y ont pas accès et n'ont pas accès non plus à d'autres fournitures et médicaments vitaux. Il faut que cela change.
- Le diabète est lié à un certain nombre d'autres problèmes graves de santé, notamment le surpoids et l'obésité, l'hypertension, les maladies cardiovasculaires et les AVC.
- La Journée mondiale du diabète a lieu chaque année le 14 novembre. Le thème de la Journée mondiale du diabète pour la période 2021-2023 est l'Accès aux soins du diabète. Nous sommes à un moment critique pour prendre les mesures nécessaires.

Qu'est-ce que le diabète ?

Le diabète est une maladie chronique qui survient lorsque le pancréas n'est plus capable de produire de l'insuline, ou lorsque l'organisme ne peut pas utiliser correctement l'insuline qu'il produit. L'insuline est une hormone fabriquée par le pancréas, qui agit comme une clé permettant au glucose provenant des aliments que nous ingérons, de passer de la circulation sanguine aux cellules de l'organisme pour produire de l'énergie.

Il existe principalement trois types de diabète :

- Le diabète de type 1 peut se développer à tout âge, mais il survient le plus souvent chez les enfants et les adolescents. A l'heure actuelle, il n'y a pas de prévention pour le diabète de type 1.
- Le diabète de type 2 a tendance à se développer à l'âge adulte et représente environ 90% de tous les cas de diabète. Le diabète de type 2 peut souvent être géré ou prévenu grâce à un mode de vie sain impliquant davantage d'activité physique et une alimentation saine.
- Le diabète gestationnel (DG) est un type de diabète qui provoque une hyperglycémie pendant la grossesse et qui est associé à des complications pour la mère et l'enfant.

Le diabète figure désormais parmi les 10 premières causes de décès à travers le monde et les décès dus au diabète ont augmenté de 70% depuis l'an 2000. Environ une personne sur dix dans le monde vit avec le diabète. Ce chiffre devrait passer de 537 millions d'adultes à 643 millions en 2030 et 784 millions en 2045. La grande majorité de ces personnes vivent dans des pays à revenu faible et intermédiaire.

Quels sont les facteurs de risque du diabète et comment peut-on le prévenir ?

À l'heure actuelle, il n'y a pas de prévention pour le diabète de type 1. Si un certain nombre de facteurs pèsent sur l'apparition du diabète de type 2, il est évident que les plus importants sont les comportements liés au mode de vie et généralement associés à l'urbanisation. Il s'agit notamment de la consommation d'aliments mauvais pour la santé et de modes de vie inactifs avec un comportement sédentaire.

Il est essentiel d'adopter une approche tout au long de la vie pour prévenir le diabète de type 2 et ses complications. Au début de la vie, lorsque les habitudes alimentaires et sportives sont établies, il existe une période particulièrement critique pour prévenir le développement du surpoids et réduire le risque de diabète de type 2. Le risque de diabète est également influencé par le niveau socio-économique : les groupes ayant des revenus plus faibles ont tendance à présenter des taux de diabète plus élevés. Cela est vrai au sein d'un même pays, mais également d'un pays à l'autre.

Les comorbidités du diabète

Les personnes atteintes de diabète présentent un risque accru de développer un certain nombre d'autres problèmes graves de santé. Au moment du diagnostic de leur diabète de type 2, 75% des personnes sont atteints d'au moins une autre maladie chronique et 44% d'au moins deux autres. Ceci s'explique par le fait que de nombreuses maladies chroniques partagent avec le diabète des facteurs de risque majeurs, comme l'obésité, l'inflammation vasculaire et l'hypercholestérolémie.

Voici quelques-unes des affections qui touchent le plus souvent les personnes qui vivent également avec le diabète :

- Les **maladies cardiovasculaires**: les maladies cardiovasculaires sont la cause la plus fréquente de décès chez les personnes atteintes de diabète. L'hypertension artérielle, l'hypercholestérolémie, l'hyperglycémie et d'autres facteurs de risque contribuent à augmenter le risque de complications cardiovasculaires. [En savoir plus sur le diabète et les maladies cardiovasculaires](#) [1].
- La **maladie rénale** (néphropathie diabétique) : la maladie rénale est bien plus fréquente chez les diabétiques que chez les personnes non diabétiques. Maintenir la glycémie et la tension artérielle à des niveaux proches de la normale peut réduire considérablement le risque de maladie rénale. [En savoir plus sur le diabète et les reins](#) [2].
- **Atteinte des nerfs** (neuropathie diabétique) : le diabète peut endommager les nerfs de l'ensemble de l'organisme lorsque la glycémie et la tension artérielle sont trop élevées, en particulier au niveau des pieds. Cela peut entraîner des douleurs, des picotements et une perte de sensibilité. Les personnes diabétiques

courent un risque d'amputation qui peut être plus de 25 fois supérieur à celui des non diabétiques. Les diabétiques doivent faire régulièrement examiner leurs pieds. [En savoir plus sur le pied diabétique](#). [3]

- **Maladie oculaire** (rétinopathie diabétique) : la plupart des diabétiques développeront une forme de maladie oculaire (rétinopathie) entraînant une baisse de la vision, voire une cécité. Cette maladie peut être gérée grâce à des contrôles réguliers de la vue et au maintien des taux de glycémie et de lipides à des niveaux normaux ou proches de la normale. [En savoir plus sur le diabète et les yeux](#). [4]
- **Complications de la grossesse** : les femmes atteintes de tout type de diabète pendant la grossesse risquent diverses complications si elles ne surveillent et ne gèrent pas soigneusement leur état. Les enfants exposés pendant longtemps à une glycémie élevée dans l'utérus sont plus à risque de développer plus tard un diabète. [En savoir plus sur le diabète pendant la grossesse](#) [5].
- **Complications buccodentaires** : les personnes vivant avec le diabète ont un risque accru d'inflammation des gencives (parodontite) si leur glycémie n'est pas correctement contrôlée. La parodontite est une cause majeure de déchaussement des dents et est associée à un risque accru de maladie cardiovasculaire (MCV).

L'accès au diabète en 2021 : 100 ans après la découverte de l'insuline

L'insuline a été mise au point il y a 100 ans, et pourtant, la moitié des personnes qui ont besoin de ce médicament salvateur n'y ont pas accès.

Le problème est encore plus grave dans les pays à revenu faible et intermédiaire.

- En Afrique, 86% des personnes atteintes de diabète de type 2 ne sont pas en mesure d'accéder à l'insuline dont elles ont besoin.
- 63% des foyers des pays à faible revenu n'ont pas les moyens d'acheter de l'insuline, contre 2,8% des ménages des pays à revenu élevé.
- 26,9% des foyers des pays à faible revenu et 0,7% de ceux des pays à revenu élevé n'ont pas les moyens d'acheter le médicament contre le diabète Metformin.

Il est INDISPENSABLE que les régimes nationaux de soins de santé essentiels incluent le traitement du diabète afin d'éviter d'acculer davantage les pauvres à la pauvreté en les obligeant à payer leurs frais médicaux de leur poche :

Le diabète dans la santé mondiale

On estime aujourd'hui que les coûts de santé liés au diabète représentent 11,5% du budget total des soins de santé dans le monde. Étant donné que 784 millions de personnes (1 sur 8) devraient être atteintes de diabète d'ici 2045, il est essentiel de redoubler d'efforts pour mettre en œuvre des plans de prévention du diabète de type 2 et introduire des mécanismes plus rentables de prise en charge des différents types de diabète.

Chaque dollar investi en prévention et maîtrise des MNT dans les PRFI générera un retour de 7 dollars d'ici 2030, alors que les coûts de l'inaction sont bien plus élevés et doivent à l'avenir refléter les enseignements tirés de la pandémie de COVID-19, ainsi que les coûts de l'inaction sur les MNT en termes de vulnérabilité des populations et des systèmes de santé aux futures menaces sanitaires. Le financement catalytique de l'assistance au développement sera crucial pour aider les gouvernements des PRFI à fournir ces services essentiels et à renforcer les systèmes sanitaires intégrés.

Mesures politiques visant à réduire la charge du diabète

Voici les principales mesures permettant d'aider les populations à choisir des régimes alimentaires plus sains.

Interdictions du marketing : le marketing des aliments mauvais pour la santé exploite la vulnérabilité des enfants et des adolescents et il a été démontré que l'élimination de ce type de publicité faisait une grande différence, dans des pays tels que le Canada, le Chili, le Royaume-Uni, la Suède, la Corée du Sud, Taïwan et le Mexique.

Étiquettes nutritionnelles à l'avant des emballages : ces étiquettes mettent clairement en garde contre la teneur élevée en ingrédients mauvais pour la santé tels que les graisses, le sucre et le sel. Des systèmes d'étiquetage à l'avant des emballages sont désormais en place dans plus de 30 pays (dont les gouvernements ont dirigé et soutenu

leur développement) et d'autres systèmes sont en cours d'élaboration dans de nombreux autres pays.

Taxes sur les boissons sucrées et subventions pour les fruits et légumes : plus de 50 pays ont introduit des taxes sur les boissons sucrées et des preuves solides confirment une baisse de la consommation suite à l'introduction de ces taxes. Un concept similaire a été appliqué avec succès aux fruits et légumes, mais dans ce cas ils sont rendus plus abordables grâce à des subventions.

Reformulations de produits : réduire les ingrédients mauvais pour la santé dans les aliments (sucre, sel, graisses saturées et acides gras trans) sans réduire les nutriments sains peut faire une grande différence pour la santé. La reformulation a produit d'excellents résultats en Angleterre, aux Pays-Bas et en Australie.

Sources :

- [Atlas du diabète de la FID \[consulté en novembre 2021\]](#). [6]
- [« À propos du diabète » Fédération internationale du diabète \[consulté en novembre 2021\]](#) [7]
- [Fiche d'information sur le diabète, Organisation mondiale de la Santé \[consulté en novembre 2021\]](#) [8]
- [« Points de pression : appel à une action simultanée sur le diabète et l'hypertension », Alliance sur les MNT \[consulté en novembre 2021\]](#) [9]

Date de la dernière révision : novembre 2021

Related Resource: [IDF Diabetes Atlas](#) [10]

Related Content: [IDF welcomes UK announcement on soda tax from 2018](#) [11]

Panel Image

Link: <https://ncdalliance.org/resources/pressure-points-call-for-simultaneous-action-on-diabetes-and-hypertension-for-more-resilient-health-systems>

Search Keywords: MNT, diabète

Source URL: <https://ncdalliance.org/fr/%C3%A0-propos-des-mnt/mnt/le-diab%C3%A8te>

Liens

[1] <https://www.idf.org/our-activities/care-prevention/cardiovascular-disease.html>

[2] <https://www.idf.org/our-activities/care-prevention/diabetes-and-the-kidney.html>

[3] <https://www.idf.org/our-activities/care-prevention/diabetic-foot.html>

[4] <https://www.idf.org/our-activities/care-prevention/eye-health.html>

[5] <https://www.idf.org/our-activities/care-prevention/gdm.html>

[6] <https://diabetesatlas.org/>

[7] <https://idf.org/aboutdiabetes/what-is-diabetes.html>

[8] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>

[9] <https://ncdalliance.org/resources/pressure-points-call-for-simultaneous-action-on-diabetes-and-hypertension-for-more-resilient-health-systems>

[10] <https://ncdalliance.org/fr/node/8292>

[11] <https://ncdalliance.org/fr/node/8394>