Diabète de type 2 et hérédité : revoir le webinaire

Mardi 3 juin avait lieu le webinaire sur le diabète de type 2 et l'hérédité organisé par la Fédération en collaboration avec le centre national de médecine de précision des diabètes (PreciDIAB). Vous n'avez pas pu participer en direct ? Visionnez-le dès à présent en replay, sur la chaîne Youtube de la Fédération !

Le Pr Froguel, responsable scientifique et technique de PreciDIAB, et Claude Chaumeil, président de l'Association des Diabétiques (AFD) d'Ile-de-France, étaient les invités.

Retour sur quelques temps forts du webinaire

« *Le diabète de type 2 est une maladie familiale. Si l'un de vos parents est atteint, votre risque de développer un diabète de type 2 est de 25 à 30 %. Il dépasse les 60 % si vos deux parents sont concernés.* » a rappelé le Pr Froguel.

Claude Chaumeil, président de l'AFD d'Île-de-France et lui-même atteint d'un diabète de type 2, a souligné : « *J'ai découvert qu'il y avait des cas de diabète dans ma famille, seulement après avoir découvert le mien.* » Il insiste donc sur la nécessité d'en parler autour de soi : « *En parler, c'est déjà faire de la prévention.* »

Ce webinaire était l'occasion de rappeler que même si la génétique joue un rôle, un mode de vie adapté reste un levier essentiel dans la prévention du diabète de type 2. « *Pratiquer une activité physique régulière, marcher plutôt que de prendre la voiture, par exemple, ou adopter une alimentation plus équilibrée peuvent retarder, voire éviter, l'apparition du diabète de type 2* », explique le Pr Froguel.

Le diabète gestationnel : un facteur de risque à ne pas négliger

Le webinaire a également permis d'aborder une forme de diabète peu abordée, mais pourtant révélatrice de risques futurs : le diabète gestationnel.

« *Ma belle-fille a développé un diabète gestationnel à l'occasion de sa première grossesse. Le diabète gestationnel est un signe précurseur de diabète, qui annonce pour une femme sur deux la possibilité de développer un diabète de type 2 dans les dix suivant l'accouchement.* » témoigne Claude. Et si le diabète gestationnel se résorbe souvent après l'accouchement, ce n'est pas toujours le cas : « *Une femme qui fait un diabète gestationnel lors de sa première grossesse risque d'en faire un deuxième lors de sa deuxième grossesse, qui peut même être plus sévère. Le risque pour elle de développer un diabète de type 2 est multiplié par 5.* » explique le Pr Froguel. Un appel à la vigilance est lancé, notamment pour les jeunes mères : « *Les femmes avec un enfant de 4 ou 5 ans se préoccupent davantage de la santé de leur enfant plutôt que de la leur. C'est pourtant à ce moment-là qu'il faut agir pour éviter qu'un diabète ne s'installe durablement* », poursuit le professeur.

Le diabète n'est pas une fatalité, en parler c'est déjà agir !

En parler avec son professionnel de santé, sans honte ni culpabilité, réaliser un suivi régulier et adopter de bonnes habitudes de vie dès la fin de la grossesse sont autant de leviers pour limiter les risques.

Enfin, l'importance des actions mises en place par les bénévoles de nos Associations Fédérées a été souligné par Claude Chaumeil : ateliers cuisine, groupes de parole, activité physique, etc. Les associations membres de la Fédération permettent aux personnes atteintes de diabète de trouver du soutien et mieux vivre avec la maladie au quotidien.

Avec humour, Claude Chaumeil a conclu : « ***Je n'ai pas choisi, j'ai hérité du diabète… mais la maison familiale, je veux bien la prendre !*** »

Pour revoir le webinaire en intégralité, cliquez ici.
N'hésitez pas à le partager autour de vous !

La Semaine Nationale de Prévention du diabète de type 2 est l'occasion parfaite si vous souhaitez vous informer sur le diabète de type 2 et prendre soin de votre santé :

- Retrouvez les actions organisées près de chez vous, en cliquant ici ;
- Partagez le test FINDRISC avec vos proches, amis, collègues ;
- Suivez nous sur nos réseaux sociaux : Facebook et Instagram.