Diabète de type 2 et hérédité : ce qu’il faut savoir

À l'occasion de la Semaine Nationale de Prévention du diabète de type 2 (SNP), la Fédération sensibilise au lien entre hérédité et diabète de type 2. Un sujet souvent source d'inquiétude, que nos contenus pédagogiques permettent d'aborder avec plus de clarté.

Avoir un parent atteint d’un diabète de type 2 augmente-t-il vraiment le risque de le développer à son tour ? Oui, mais cela ne signifie pas que le diabète de type 2 est inévitable.

Mieux comprendre le lien entre hérédité et diabète de type 2

Bien que l’hérédité soit un facteur de risque non modifiable, le diabète de type 2 dépend de multiples causes. Plusieurs d’entre elles — alimentation, activité physique, tabagisme ou consommation d’alcool — sont modifiables. Agir sur son mode de vie reste donc un levier important pour réduire son risque de développer un diabète de type 2, même en cas d’antécédents familiaux.

Pour mieux comprendre le lien entre hérédité et diabète de type 2, la Fédération met à votre disposition des outils pédagogiques :

- **Une infographie *Diabète et hérédité, ce qu’il faut savoir !*** pour visualiser simplement les messages essentiels à retrouver ici;
- **Une brochure du même nom**, disponible gratuitement dans votre espace perso, pour les abonnés à la newsletter, au magazine *équilibre* et aux donateurs).
- **Trois vidéos témoignages** avec Nathalie Paccot, présidente de l’Association des Diabétiques de l’Oise (AFD 60), et son fils Maxence, qui partagent leur expérience familiale autour de l’hérédité et du diabète de type 2.

Pour en savoir plus :

- **Rendez-vous sur la page *Hérédité et diabète de type 2***;
- Ne manquez pas la visioconférence *Diabète et histoire de famille : comprendre prévenir et agir ensemble* le 4 juin 2026 de 18 h à 18 h 45, en direct sur la chaîne Youtube, ainsi que sur la page Facebook et LinkedIn de la Fédération.

Pour aller plus loin :

- Semaine Nationale de Prévention du diabète de type 2 2026.