

DIABETE DI TIPO 2
Differenze di genere

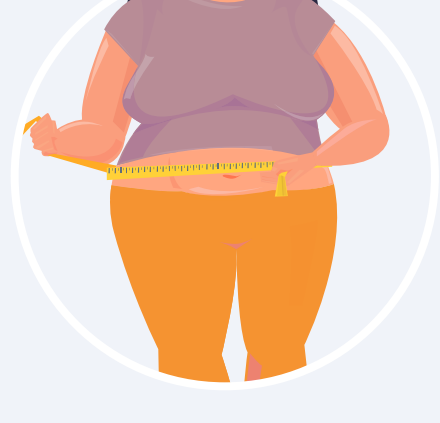
UOMINI



A rischio se...
**CIRCONFERENZA
ADDOMINALE**

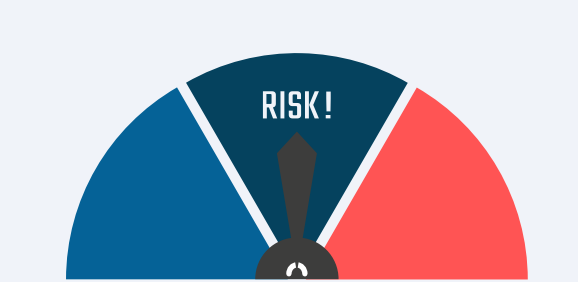
> 102cm

DONNE



A rischio se...
**CIRCONFERENZA
ADDOMINALE**

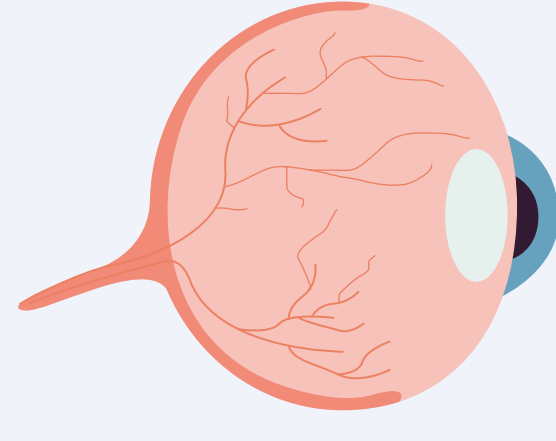
> 88cm



A PARITÀ DI SOVRAPPESO
PER VIA DELLA LORO
CONFORMAZIONE "A MELA"
**SONO PIÙ PREDISPOSTI AL
DIABETE DI TIPO 2**



DOPO LA MENOPAUSA
AUMENTA IL RISCHIO PER CHI
TENDE AD INGRASSARE SUL PUNTO
VITA E AD AVERE **COLESTEROLO
E PRESSIONE ALTI**



**SONO PIÙ SOGGETTI ALLE
COMPLICANZE OCULARI**

Retinopatia Diabetica (RD) ed
Edema Maculare Diabetico (EMD)



**SONO PIÙ SOGGETTE ALLE
COMPLICANZE CARDIOVASCOLARI**

Infarto, ictus,
insufficienza cardiovascolare



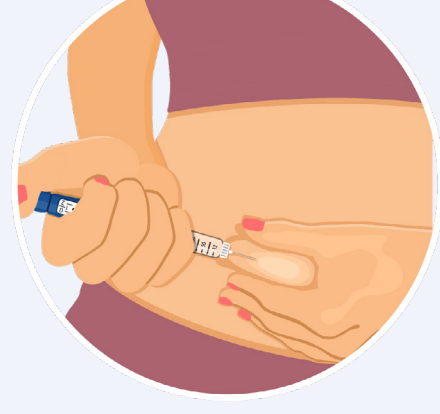
**SONO PIÙ A RISCHIO DI
NEUROPATIA E PIEDE DIABETICO**



**SONO PIÙ A RISCHIO DI
ANSIA E DEPRESSIONE**



**RISPONDONO MEGLIO ALLE
CURE IPOGLICEMIZZANTI**



**RISPONDONO MENO BENE ALLE
CURE IPOGLICEMIZZANTI**



LA PREVENZIONE INVECE NON FA DIFFERENZA:
UOMINI E DONNE DEVONO SEGUIRE CON SCRUPOLO
LE TERAPIE, ADOTTARE UNO STILE DI VITA SALUTARE E
SOTTOPORSI REGOLARMENTE AD ESAMI E CONTROLLI.

COME MISURARE
IL GIROVITA



- **Mettiti in piedi** e rilassa i muscoli addominali
- Utilizza un **metro da sarta** o a nastro
- Togli qualsiasi **indumento che possa stringere l'addome**
- Fai passare il metro intorno alla vita, a **metà tra l'osso del bacino e l'ultima costola** (circa all'altezza dell'ombelico)
- Il nastro deve essere **parallelo al terreno e aderire bene alla pelle** ma senza stringere troppo
- **Espira a fondo**
- **Registra il tuo risultato**

