

4,5 milioni di persone in Italia dichiara di avere il diabete
1 milione e mezzo sono le persone che non sanno di avere il diabete
4 milioni sono le persone che hanno un alto rischio di sviluppare il diabete
 Ogni **due minuti** una persona riceve diagnosi di diabete

Diabete Sintomi



- SETE INTENSA e/o FAME CONTINUA
- NECESSITA' DI URINARE SPESSO
CON URINE ABBONDANTI
- STANCHEZZA E SONNOLENZA
- PERDITA DI PESO e/o DISTURBI SESSUALI
- RITARDO NELLA GUARIGIONE DELLE FERITE
- FORTE ODORE DI ACETONE NELL'ALITO

Chiedi aiuto al tuo medico curante

Se non hai questi sintomi controlla comunque la glicemia almeno 2 volte l'anno



- FAI ATTIVITA' FISICA MODERATA MA REGOLARE
- NON ECCEDERE CON CARBOIDRATI E ZUCCHERI
- FAI PASTI REGOLARI MA EVITA PORZIONI ABBONDANTI
- FRUTTA E FIBRE SONO IMPORTANTI
- SMETTI DI FUMARE
- CONTROLLA GLICEMIA E PRESSIONE 2VOLTE L'ANNO

LA PARAFARMACIA A FIANCO DELLA TUA SALUTE