



## Día mundial de la Diabetes 2015 en la Universidad de Zaragoza.

La **Universidad de Zaragoza** se suma al llamamiento internacional y a las distintas acciones que se han organizado en la comunidad autónoma aragonesa con motivo de este día. Así, en el marco del proyecto de **Universidad Saludable**, quiere implicarse de forma activa en difundir y sensibilizar a toda la población vinculada con la institución universitaria sobre los logros alcanzados y los retos pendientes para prevenir y reducir el impacto de esta enfermedad.

El Día Mundial de la Diabetes es un evento de carácter internacional liderado por la Federación Internacional de Diabetes, que se celebra cada el 14 de Noviembre, y en el que las asociaciones, federaciones, pacientes y sociedades médicas realizan un llamamiento a todos los agentes implicados en la lucha contra la enfermedad y a la población en general.

En este momento la Diabetes Mellitus afecta a más de 360 millones de personas en el mundo y se prevé que la prevalencia aumentara en los próximos años debido al incremento de la obesidad y la vida sedentaria. Las estimaciones de la OMS apuntan que para el 2035, 592 millones de personas o una de cada diez personas tendrá diabetes. Además, otros 316 millones de personas actualmente corren riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 y se estima que esta cifra aumente hasta 500 millones en ese plazo. En Aragón, más de 54.000 personas de 15 años de edad o más tienen diabetes diagnosticada por un médico. Así, si las tendencias no cambian, en Aragón en poco tiempo serán más de 100.000 las personas con diabetes diagnosticada.

Estos datos y cifras reiteran la importancia de una acción urgente. Teniendo en cuenta que la mayoría de los casos de diabetes tipo 2 pueden ser prevenidos y las complicaciones que llevan asociadas se pueden evitar con estilos de vida y ambientes saludables.

El próximo **día 14 de noviembre** debe ser un día de acción comunitaria para fomentar la concienciación pública y la implicación de la sociedad en esta respuesta frente la Diabetes tipo 2. Este año con especial énfasis en los retos pendientes y en el trabajo conjunto entre los distintos agentes implicados: las administraciones públicas, los profesionales sanitarios, la población general y el propio diabético, sobre la importancia de su prevención con hábitos y estilos de vida saludables.

Con los lemas **ACTUAR HOY PARA CAMBIAR EL MAÑANA** y **EL PREVENIRLA ESTA EN TUS MANOS**, esta jornada es una buena oportunidad intentar asegurar acciones que fomenten de manera sostenida los hábitos de vida saludable desde edades muy tempranas, el empoderamiento de las personas con una educación que haga especial hincapié en la prevención de la obesidad, la importancia del ejercicio físico regular y sistemático, y el abandono de los hábitos tóxicos.

11 de noviembre 2015.