

En analysant le document ci-après, les apprenants sont amenés à rechercher les mesures préventives de base du diabète type 2 et à décrire les méthodes de surveillance adaptées

Méthode de travail : Travail de groupe – mise en commun des résultats – discussion et partage.

## Document :

En un siècle, nos styles de vie ont radicalement changé pour le meilleur mais également pour le pire... L'industrialisation s'est accompagnée de son lot de stress, de fast-food, de sédentarité, d'obésité qui sont autant de facteurs de risque dans le développement du diabète de type 2 et de complications des diabètes de type 1 et 2.

Prévenir, c'est poser des actions pour éviter que quelque chose ne se produise. Dans le cas du diabète de type 2, il est possible d'agir concrètement en modifiant ses habitudes de vie. Ces actions peuvent permettre la prévention de la maladie, ou du moins en retarder l'apparition, ainsi que les complications associées.

Un suivi régulier est essentiel. Il permet de contrôler l'évolution de la maladie, de déceler les éventuelles complications et de prévenir leur aggravation. Il comprend des visites chez le médecin et des examens complémentaires (biologiques ou autres).

## Questions :

1 – Quels sont les conseils d'hygiène de vie permettant de prévenir les complications du diabète, voire d'enrayer l'apparition du diabète de type 2 à un stade ultérieur.

2 - Comment surveille-t-on le diabète ?