



# DIABÈTE *points* SAILLANTS

## Le diabète : Quels sont les risques ?

Les Autochtones du Canada sont plus susceptibles de développer le diabète de type 2 que les autres Canadiens. Les enfants autochtones reçoivent maintenant un diagnostic de diabète de type 2 – une condition qui dans le passé se produisait surtout chez les personnes plus âgées. Les taux de diabète chez les Inuit ne sont pas aussi élevés que ceux chez les autres populations autochtones. Par contre, les taux de diabète de type 2 semblent augmenter aussi chez les Inuit.

Ce n'est pas tout le monde qui développera le diabète. Tu es plus susceptible de développer le diabète si :

- ◆ tu as du surplus de poids (spécialement si ton poids se situe surtout au milieu de ton corps)
- ◆ tu as un parent, frère ou soeur qui souffre du diabète
- ◆ tu as de la difficulté à gérer les problèmes de la vie (stress)
- ◆ tu as eu un bébé qui pesait plus de 4 kg (9 livres) à la naissance
- ◆ tu as été atteint du diabète pendant une grossesse
- ◆ tu n'es pas actif.

Bonnes nouvelles : tu peux faire quelque chose. Tu peux diminuer les possibilités de développer le diabète en mangeant bien, en étant actif et en prenant bien soin de TOI!

Pour obtenir de l'information sur les risques, ou pour être testé pour le diabète, contacte ton fournisseur de soins de santé.

### C'est quoi, le diabète?

*Le diabète est une condition permanente où le corps ne produit pas assez d'insuline, où le corps ne peut utiliser l'insuline qu'il produit. Le corps a besoin d'insuline pour transformer le sucre de la nourriture en énergie.*

Initiative sur *le Diabète* chez les Autochtones

N° de cat. H21-195/2002-2  
ISBN: 0-662-66477-9



Santé  
Canada Health  
Canada

Pour plus de détails consultez le [www.santecanada.ca/diabete](http://www.santecanada.ca/diabete)

Canada