

## Diabet

Persoanele bolnave de diabet trebuie să aibă grijă cu consumul de alcool

Persoanele bolnave de diabet trebuie să aibă mare grijă cu privire la consumul de alcool.

Asociația Americană de Diabet sugerează faptul că persoanele bolnave de diabet pot să consume alcool ușor spre moderat (cel mult două porții de băutură pe zi pentru bărbați și cel mult o porție pe zi pentru femei) – cu condiția ca doctorul să fie de acord.

Anumite persoane bolnave de diabet nu ar trebui să bea deloc întrucât alcoolul poate să le înrăutățească starea de sănătate. Spre exemplu, persoanele bolnave de diabet care au un nivel ridicat de trigliceride (un anumit tip de grăsime în sânge) nu trebuie să bea alcool întrucât afectează capacitatea ficatului de a filtra grăsimile din sânge.

### Alcool afectează capacitatea ficatului de a filtra grăsimile din sânge

### Alcoolul și debutul diabetului

Anumite studii au raportat ideea conform căreia consumul ușor spre moderat de alcool poate să aibă un ușor efect de protecție în dezvoltarea diabetului de tip 2. Pe de altă parte, alte studii sugerează faptul că, pentru anumite persoane cu diabet tip 2, chiar și consumul moderat de alcool poate să genereze niveluri scăzute ale glicemiei.

### Pancreatita

Pancreatita reprezintă o problemă de sănătate legată de diabet. Consumul de alcool îndelungat și în cantități mari poate duce la pancreatita, care, la rândul ei, poate duce la diabet.



### Luati masuri

Dacă aveți diabet, trebuie să vorbiți cu medicul dumneavoastră pentru a hotărî cantitatea de alcool - dacă este cazul - pe care o puteți consuma.

### desprealcool.ro

este un website dedicat informării persoanelor pentru a face alegeri în cunoștință de cauză referitoare la alcool

### alte website-uri

Aceste website-uri conțin informații suplimentare care vă pot fi folositoare. Cu toate acestea, SABMiller nu este responsabil pentru conținutul acestor website-uri.

- Federația Română de Diabet, Nutritie și Boli Metabolice (FRDNBM)  
<http://www.federatiaromanadiabet.ro/>
- Societatea Română de Diabet, Nutritie și Boli Metabolice (SRDNBM)  
<http://www.soc-rom-diabet.ro/>
- European Association for the Study of Diabetes - <http://www.easd.org/>
- American Diabetes Association, Alcohol  
<http://www.diabetes.org/food-and-fitness/food/what-can-i-eat/alcohol.html>

- Diabetes UK, Alcohol and diabetes  
[http://www.diabetes.org.uk/Guide-to-diabetes/Healthy\\_lifestyle/Alcohol\\_and\\_diabetes/](http://www.diabetes.org.uk/Guide-to-diabetes/Healthy_lifestyle/Alcohol_and_diabetes/)
- Baker IDI Heart & Diabetes Institute -  
[http://www.bakeridi.edu.au/health\\_fact\\_sheets/hypoglycaemia/](http://www.bakeridi.edu.au/health_fact_sheets/hypoglycaemia/)

