Institutul
Național de
Sănătate Publică

COMUNICAT DE PRESĂ

„ ZIUA MONDIALĂ A DIABETULUI ”
14 noiembrie 2026

Ziua Mondială a Diabetului este marcată anual, la 14 noiembrie, pentru creșterea nivelului de conștientizare asupra diabetului zaharat, a impactului său asupra sănătății și a importanței prevenirii, depistării precoce și accesului la îngrijire și tratament.

În anul 2026, tema stabilită de Organizația Mondială a Sănătății (OMS) este „Intervenții precoce împotriva diabetului” („Early action on diabetes”), punând accent pe diagnosticarea precoce, accesul echitabil la servicii de îngrijiri complete și reducerea stigmatizării persoanelor care trăiesc cu diabet. *(Organizația Mondială a Sănătății)*

Diabetul – o provocare majoră pentru sănătatea publică

Diabetul este o boală metabolică cronică, caracterizată prin faptul că organismul nu produce suficientă insulină sau nu o poate utiliza eficient, ceea ce duce la creșterea nivelului glucozei din sânge. În timp, nivelurile crescute ale glicemiei pot afecta inima, vasele de sânge, ochii, rinichii și sistemul nervos.

La nivel mondial, diabetul continuă să reprezinte una dintre cele mai importante provocări de sănătate publică. Potrivit Organizației Mondiale a Sănătății, numărul persoanelor care trăiesc cu diabet a crescut de la aproximativ 200 de milioane în 1990 la 830 de milioane în 2022. În același an, 14% dintre adulții cu vârsta de 18 ani și peste trăiau cu această afecțiune, dublu față de nivelul înregistrat în 1990. *(Organizația Mondială a Sănătății)*

O preocupare deosebită este faptul că peste 40% dintre persoanele cu diabet nu sunt diagnosticate. Fără diagnostic, multe dintre acestea nu beneficiază de îngrijirea și tratamentul necesare, ceea ce crește riscul apariției complicațiilor și afectează calitatea vieții. *(Organizația Mondială a Sănătății)*

În anul 2022, aproape șase din zece adulți cu diabet cu vârsta de peste 30 de ani nu urmau tratament medicamentos pentru controlul bolii, cele mai mari dificultăți de acces la tratament fiind întâlnite în țările cu venituri mici și medii. *(Organizația Mondială a Sănătății)*

Diabetul poate duce la complicații grave, inclusiv pierderea vederii, insuficiență renală, infarct miocardic, accident vascular cerebral și amputații ale membrelor inferioare. În 2021, diabetul a fost cauza directă a aproximativ 1,6 milioane de decese, iar boala renală asociată diabetului a provocat alte aproximativ 530.000 de decese. *(Organizația Mondială a Sănătății)*

Adresa: str. dr. Leonte Anastasievici nr. 1-3, sector 5, cod poștal 050463, București, România | **Telefon secretariat:** +4 0213 183 620, +4 0213 183 619
Fax: +4 0213 123 426 | **E-mail:** directie.generala@insp.gov.ro

Recunoașterea simptomelor poate salva vieți

Tema Zilei Mondiale a Diabetului din 2026 atrage atenția asupra importanței recunoașterii semnelor și simptomelor diabetului.

Printre cele mai frecvente simptome se numără setea excesivă, urinarea frecventă, oboseala persistentă și vederea încețoșată. Poate apărea, de asemenea, scădere inexplicabilă în greutate. Diabetul de tip 1 se dezvoltă adesea rapid, în timp ce diabetul de tip 2 evoluează treptat și poate rămâne mult timp fără simptome evident, ceea ce întârzie diagnosticarea. (*Organizația Mondială a Sănătății*)

Recunoașterea simptomelor și prezentarea la medic pentru investigații pot contribui la depistarea din timp și instituirea precoce a îngrijirii necesare.

În cazul diabetului de tip 2, alimentația sănătoasă, activitatea fizică regulată, menținerea unei greutăți corporale normale și evitarea consumului de tutun pot contribui la prevenirea sau întârzierea apariției bolii. *(Organizația Mondială a Sănătății)*

Situația diabetului în România

În România, datele oficiale ale Casei Naționale de Asigurări de Sănătate (CNAS) arată că, în anul 2023, 1.229.971 de persoane au beneficiat de tratament în cadrul Programului național de diabet zaharat**.** Acest indicator reflectă persoanele aflate în evidența și tratate în cadrul programului și nu trebuie interpretat ca reprezentând numărul total al persoanelor care trăiesc cu diabet în România. *(Casa Națională de Asigurări de Sănătate)*

În cadrul Programului Național sunt asigurate, între altele, tratamentul medicamentos, monitorizarea controlului glicemic prin determinarea hemoglobinei glicozilate (HbA1c), precum și materiale și dispozitive necesare monitorizării glicemiei, conform condițiilor prevăzute în program. *(Casa Națională de Asigurări de Sănătate)*

Acțiunea precoce – de la prevenție la îngrijire

OMS subliniază că diagnosticarea diabetului reprezintă doar primul pas. Pentru a preveni complicațiile și a menține o bună calitate a vieții, persoanele cu diabet trebuie să aibă acces la îngrijire continuă, tratament adecvat, tehnologii moderne și sprijin pentru gestionarea bolii în viața de zi cu zi. *(Organizația Mondială a Sănătății)*

Statele membre ale OMS au stabilit pentru anul 2030 cinci obiective globale privind acoperirea îngrijirii diabetului:

- 80% dintre persoanele cu diabet să fie diagnosticate;
- 80% dintre persoanele diagnosticate să aibă un control bun al glicemiei;
- 80% dintre persoanele diagnosticate să aibă un control bun al tensiunii arteriale;
- 60% dintre persoanele cu diabet cu vârsta de 40 de ani și peste să primească statine;
- 100% dintre persoanele cu diabet zaharat de tip 1 să aibă acces la insulină la prețuri accesibile și la automonitorizarea glicemiei. *(Organizația Mondială a Sănătății)*

De Ziua Mondială a Diabetului 2026, mesajul central este simplu și puternic: ”intervenția precoce contează”. Recunoașterea simptomelor, prezentarea la medic, diagnosticarea

Adresa: str. dr. Leonte Anastasievici nr. 1-3, sector 5, cod poștal 050463, București, România | **Telefon secretariat:** +4 0213 183 620, +4 0213 183 619
Fax: +4 0213 123 426 | **E-mail:** directie.generala@insp.gov.ro

precoce, adoptarea unui stil de viață sănătos și accesul la îngrijire și tratament pot reduce riscul complicațiilor și pot contribui la o viață mai lungă și mai sănătoasă pentru persoanele care trăiesc cu diabet.

În domeniul prevenției diabetului în cadrul proiectului Jacardi, unul din principalele proiecte europene coordonat de INSP, a fost dezvoltat un model de screening, aplicat la peste 3000 de persoane asimptomatice în 6 comunități pilot, derulat de către asistenții medicali comunitari, bazat pe instrumente standardizate de evaluare de risc - FINDRISC și SCORE OMS non-laborator în care beneficiarul este informat de riscul propriu și consiliat cu privire la modificările comportamentale necesare si, după caz, de continuarea evaluării la medicul de familie, prin consultația preventivă disponibilă atât pentru asigurați cât și pentru neasigurați.

În cadrul aceluiași proiect, în aria activităților pentru managementul integrat al îngrijirilor pentru pacienții cu prediabet, diabet și Boala Hepatică steatozică asociată disfuncției metabolice (MASLD), au fost dezvoltate și pilotate pentru 200 de pacienți protocolul îngrijirilor integrate și platforma informatică INTEGCARE, instrumentul IT care pune în aplicare calea clinica propusă, alături de partenerii din Institutul Național de Diabet, Nutriție și Boli Metabolice „Prof. Dr. N.C. Paulescu” și Casa Națională de Asigurări de Sănătate.

Ministerul Sănătății, prin Institutul Național de Sănătate Publică, coordonează la nivel național activitățile de informare și conștientizare dedicate acestei zile.

La nivel județean, coordonarea este asigurată de Direcția de Sănătate Publică Județeană Buzău prin Compartimentul de Promovare a Sănătății si Educație pentru Sănătate.

Surse:

Organizația Mondială a Sănătății – *World Diabetes Day 2026; Diabetes – Fact sheet; WHO Global Diabetes Compact*;

Casa Națională de Asigurări de Sănătate – *Raport de activitate pentru anul 2023 și documentele Programului național de diabet zaharat*.

INSP, proiect Jacardi - https://insp.gov.ro/acasa/actiunea-comuna-pentru-bolile-cardiovasculare-si-diabet-jacardi/

Adresa: str. dr. Leonte Anastasievici nr. 1-3, sector 5, cod poștal 050463, București, România | **Telefon secretariat:** +4 0213 183 620, +4 0213 183 619
Fax: +4 0213 123 426 | **E-mail:** directie.generala@insp.gov.ro

ziua mondială a diabetului

14 noiembrie

1 Cunoașterea simptomelor

Peste 40% dintre persoanele care trăiesc cu diabet zaharat nu sunt diagnosticate.

Simptomele comune includ sete crescută, urinare frecventă, oboseală și vedere încețoșată.





Sete crescută



Urinare frecventă



Oboseală



Vedere încețoșată



Ministerul Sănătății



Institutul Național de Sănătate Publică

ziua mondială a diabetului

14 noiembrie

2 Recunoaşterea diabetului de tip 1

Diabetul de tip 1 se poate dezvolta la orice vărstă şi este frecvent trecut cu vederea sau diagnosticat greşit, în special la adulţi.

Recunoaşterea simptomelor poate ajuta la diagnosticarea şi la tratamentul care salvează vieţi.





Ministerul Sănătăţii

Institutul Naţional de Sănătate Publică

ziua mondială a diabetului

14 noiembrie

3 Promovarea accesului echitabil

Diagnosticul de diabet poate îmbunătăți rezultatele doar atunci când este urmat de acces la îngrijire promptă și accesibilă, precum și de sprijin continuu.



- Diagnostic timpuriu
- Îngrijire accesibilă
- Tratament continuu
- Sprijin pentru toți

Ministerul Sănătății

Institutul Național de Sănătate Publică

ziua mondială a diabetului

14 noiembrie

4 Crearea unor medii mai sănătoase

Asigurarea accesului tuturor
la alimente sănătoase, locuri sigure
pentru a fi activi fizic și servicii
medicale de calitate, este eficientă
în reducerea riscului de diabet zaharat
de tip 2 și în susținerea gestionării
eficiente a diabetului.



Alimentație sănătoasă

Activitate fizică

Medii sigure și comunități active

Servicii medicale de calitate

Ministerul Sănătății

Institutul Național de Sănătate Publică

ziua mondială a diabetului

14 noiembrie

5 Prioritizarea îngrijirii de calitate

Îngrijirea neîntreruptă și de calitate a diabetului reduce complicațiile și permite persoanelor care trăiesc cu diabet să ducă o viață sănătoasă și împlinită.



- Prevenirea complicațiilor
- Calitate mai bună a vieții
- Autogestionare și educație
- O viață împlinită

Ministerul Sănătății

Institutul Național de Sănătate Publică

ziua mondială a diabetului

14 noiembrie

6 Sprijinirea, nu stigmatizarea



Stigmatul legat de diabet este răspândit, dăunător și poate fi prevenit. Toți cei care trăiesc cu diabet merită să fie sprijiniți. Cuvintele și imaginile pe care le folosim contează.

- **Limbaj respectuos**
- **Empatie și sprijin**
- **Fără stigmatizare**
- **Comunități incluzive**

Ministerul Sănătății

Institutul Național de Sănătate Publică

Ziua Mondială a Diabetului

14 NOIEMBRIE



SEMNE ȘI SIMPTOME

- Sete excesivă
- Urinare frecventă
- Senzație crescută de foame
- Scădere inexplicabilă în greutate
- Oboseală
- Vedere încețoșată
- Răni care se vindecă greu

Diabetul de tip 2 poate evolua mult timp fără simptome.

Ce este diabetul?

Diabetul este o boală cronică în care nivelul glucozei (zahărului) din sânge este prea mare, deoarece organismul nu produce suficientă insulină sau nu o utilizează eficient.

Cum apare diabetul?

Insulina ajută glucoza din sânge să pătrundă în celule, unde este folosită pentru energie. Când organismul nu produce suficientă insulină sau nu o utilizează eficient, glucoza se acumulează în sânge.

Principalele tipuri sunt:

DIABET ZAHARAT DE TIP 1	Apare atunci când organismul nu mai produce insulină sau produce o cantitate foarte mică.
DIABET ZAHARAT DE TIP 2	Apare atunci când organismul nu utilizează eficient insulina și, în timp, poate să nu mai producă suficientă.
DIABET GESTAȚIONAL	Apare în timpul sarcinii și poate crește riscul de complicații pentru mamă și copil.

De ce este importantă depistarea și controlul diabetului?

Nedepistat sau necontrolat, diabetul poate afecta în timp inima și vasele de sânge, ochii, rinichii, nervii și picioarele.
Depistarea precoce, tratamentul și monitorizarea recomandate de medic contribuie la prevenirea complicațiilor.

AFLĂ DACĂ EȘTI LA RISC. ACȚIONEAZĂ DIN TIMP. DISCUTĂ CU MEDICUL DE FAMILIE DESPRE TESTAREA GLICEMIEI.

GLICEMIA À JEUN*

Diabet zaharat ≥ 126 mg/dl
PREDIABET 100–125 mg/dl
Valori normale < 100 mg/dl

*Măsurată după cel puțin 8 ore fără aport caloric. Diagnosticul trebuie confirmat de medic.

Ministerul Sănătății

Institutul Național de Sănătate Publică

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită -

Ziua Mondială a Diabetului

14 noiembrie

Acțiuni timpurii împotriva diabetului

Prevenim. Depistăm. Îngrijim.

1 Recunoașterea simptomelor



Peste 40% dintre persoanele care trăiesc cu diabet la nivel mondial nu sunt diagnosticate.

Simptomele frecvente includ:

Sete • Urinare frecventă • Oboseală • Vedere încețoșată

2 Recunoașterea diabetului de tip 1



Diabetul de tip 1 poate apărea la orice vârstă și poate fi diagnosticat greșit, în special la adulți.

Recunoașterea simptomelor și diagnosticul precoce permit începerea rapidă a tratamentului și pot salva vieți.

Simptome • Testare • Diagnostic • Tratament

3 Acces echitabil la îngrijire



Diagnosticul precoce trebuie urmat de acces prompt și echitabil la îngrijire, tratament și sprijin continuu.

Diagnostic timpuriu • Îngrijire accesibilă • Tratament continuu • Sprijin

4 Medii favorabile sănătății



Accesul la alimente sănătoase, spații sigure pentru activitate fizică și servicii medicale de calitate contribuie la reducerea riscului de diabet de tip 2 și sprijină gestionarea eficientă a diabetului.

Alimentație sănătoasă • Activitate fizică • Medii sigure și comunități active • Servicii medicale de calitate

5 Îngrijire de calitate



Îngrijirea continuă și de calitat contribuie la prevenirea complicațiilor și la îmbunătățirea calității vieții persoanelor care trăiesc cu diabet

Prevenirea complicațiilor • Autogestionare și educație • Calitate mai bună a vieții

6 Sprijin, nu stigmatizare



Stigmatul legat de diabet este răspândit, dăunător și poate fi prevenit. Toți cei care trăiesc cu diabet merită să fie sprijiniți. Cuvintele și imaginile pe care le folosim contează.

Limbaj respectuos • Empatie • Sprijin • Incluziune

Ministerul Sănătății

Institutul Național de Sănătate Publică

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită -