



NOS CHERCHEURS | DR JONATHAN LITTLE

Merci de votre générosité. Diabète Canada remercie ses donateurs de soutenir la recherche essentielle qui mettra fin au diabète.

Grâce à votre soutien, le Dr Jonathan Little, professeur au Centre de prévention et de prise en charge des maladies chroniques de l'Université de la Colombie-Britannique, progresse vers de meilleurs résultats en matière de santé pour les personnes atteintes de diabète de type 2.

Chez les personnes en bonne santé, la glycémie est contrôlée au moyen d'une hormone appelée insuline, laquelle fait baisser le taux de sucre dans le sang. Les personnes atteintes de diabète de type 2 ne peuvent plus produire ou utiliser d'insuline pour contrôler leur glycémie, ce qui peut entraîner des complications telles que des lésions nerveuses, la cécité, des maladies cardiaques, une insuffisance rénale, l'anxiété, des amputations, voire la mort.

Malheureusement, un grand nombre de personnes atteintes de diabète de type 2 ne pratiquent pas suffisamment d'activité physique et ne profitent pas des puissants bienfaits de l'exercice physique sur la santé.

Les « collations » sont de courtes séances d'exercice d'une minute ou moins qui peuvent être pratiquées sporadiquement au cours de la journée. Elles sont faciles à réaliser, car elles peuvent être effectuées pratiquement n'importe où, en montant des escaliers ou en faisant des exercices simples basés sur le poids du corps. Le fait de répartir les collations d'exercice tout au long de la journée peut également permettre de rompre le temps de sédentarité et aider les personnes atteintes de diabète de type 2 à mieux contrôler leur taux de glycémie.

Le Dr Jonathan Little déterminera si les personnes atteintes de diabète de type 2 aiment les collations d'exercice, si elles peuvent les intégrer dans leur routine quotidienne et si celles-ci permettent d'améliorer la condition physique et le contrôle de la glycémie. Une application pour téléphone intelligent et une plateforme Web guideront les participants tout au long de leur programme d'exercices, qu'ils pourront suivre à leur domicile ou sur leur lieu de travail.

Cette recherche testera les collations d'exercice en tant qu'approche novatrice destinée à accroître l'activité physique et à améliorer la santé des personnes atteintes de diabète de type 2.

Nous vous remercions de donner aux personnes atteintes de diabète de type 2 l'espoir d'un avenir plus sain.