

Día Mundial de la Diabetes

Prevención que transforma vida

Cada 14 de noviembre se conmemora el Día Mundial de la Diabetes, una oportunidad para reflexionar sobre el impacto de la diabetes en la salud de las personas y destacar las oportunidades de fortalecer la prevención, el diagnóstico y el tratamiento de la diabetes.

¿Qué es la diabetes?

Es una enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce suficiente insulina o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce.

El efecto de la diabetes no controlada es la hiperglucemia (aumento del azúcar en la sangre). La diabetes de tipo 1 (anteriormente denominada insulino dependiente o juvenil) se caracteriza por la ausencia de síntesis de insulina. La diabetes de tipo 2 (llamada anteriormente no insulino dependiente o del adulto) tiene su origen en la incapacidad del cuerpo para utilizar eficazmente la insulina, lo que a menudo es consecuencia del exceso de peso o la inactividad física. La diabetes gestacional corresponde a una hiperglicemia que se detecta por primera vez durante el embarazo.

Panorama epidemiológico

El control de la diabetes es cada día más complejo debido a múltiples factores, siendo el principal el aumento de sus factores de riesgo.

- Factores de riesgo en aumento: Las Américas es la región con más sobrepeso/obesidad en el mundo y está dentro de las tres primeras con más inactividad física
- Niños y adolescentes cada vez más afectados: El aumento de los factores de riesgo para la diabetes también está creciendo en edades tempranas.
- Barreras para acceder a la atención y tratamiento: El tratamiento para la diabetes y sus complicaciones puede ser costoso y muchas veces requiere un elevado gasto de bolsillo. La insulina es crucial para mantener la vida de las personas con diabetes tipo 1 y de muchas con diabetes tipo 2, pero no siempre está disponible. En muchos países los cuidados para la diabetes no están incluidos en la cobertura universal de salud, hay brechas en los servicios de atención primaria de salud y también en el acceso a los otros niveles de atención.

Prevención que transforma vida

Superar estas barreras requiere fortalecer los sistemas de salud, promover estilos de vida saludables y garantizar el acceso equitativo a tratamientos y tecnologías esenciales.

Prevencion

La prevención de la diabetes en Latinoamérica se ha vuelto un tema urgente, aunque muchas veces pase desapercibido. En buena parte de la región las ciudades crecen de forma desordenada, los alimentos ultraprocesados siguen siendo más baratos que lo saludable y los sistemas de salud ya trabajan al límite. Todo esto empuja las cifras hacia arriba y se nota en la práctica diaria: más consultas, más complicaciones, más presión sobre equipos que ya están cansados.

Prevenir no es solo evitar un diagnóstico. Es impedir que millones de personas terminen viviendo con una enfermedad que condiciona su día a día. Menos amputaciones, menos ceguera, menos infartos. También significa que las familias no tengan que enfrentar solas un proceso que requiere educación, seguimiento y tiempo, cosas que muchas veces faltan.

En nuestra región, hablar de prevención es también hablar de desigualdad. Las personas con menos recursos suelen vivir en barrios sin áreas verdes, con trabajos que consumen casi todo el día y con menos acceso a controles o educación en salud. Por eso la prevención no puede quedarse en “coma mejor y haga ejercicio”; necesita políticas claras y apoyo real para que esos cambios sean posibles.

Al final, prevenir la diabetes en Latinoamérica es apostar por un futuro un poco más justo. Un futuro donde la salud no dependa tanto del ingreso, del barrio o de la suerte. Y aunque suene grande, se construye desde gestos concretos: un programa comunitario bien hecho, un equipo que acompaña, una política pública que abre un camino en vez de cerrarlo.

Prevención que transforma vida

Manejo integral y rol del equipo de salud

La diabetes se ha vuelto uno de los problemas de salud más persistentes en Latinoamérica. Su crecimiento no responde solo a cambios en la alimentación o al sedentarismo, sino también a desigualdades que arrastramos desde hace décadas. En medio de este escenario, los equipos de salud, sobre todo en la atención primaria, tienen la tarea de sostener el cuidado diario, asegurar los controles y acompañar a quienes viven con la enfermedad. Sin ese trabajo cercano, los resultados simplemente no mejoran.

Hablar de tratamiento integral significa mirar más allá del medicamento. Es educar, revisar complicaciones a tiempo, ordenar el seguimiento y coordinar distintos profesionales que puedan aportar desde sus áreas. En los lugares donde este enfoque se aplica de verdad, se ve una reducción clara de hospitalizaciones y de las complicaciones que más afectan a la región, como la enfermedad renal o los problemas cardiovasculares. No se trata de grandes innovaciones, sino de prácticas sostenidas y bien organizadas.

En un continente donde el acceso a la atención sigue siendo desigual, fortalecer este tipo de manejo es una necesidad más que una opción. Requiere capacitar equipos, mejorar la disponibilidad de insumos y usar mejor las tecnologías que ya tenemos a mano. Todo esto apunta a lo mismo: que las personas con diabetes puedan vivir con menos riesgos y con un sistema de salud que no las deje solas en el camino.

La diabetes no es solo un diagnóstico: es un llamado a revisar cómo vivimos, cómo cuidamos y cómo diseñamos sistemas que protegen o abandonan. Este día mundial recuerda que prevenir es una tarea colectiva y que cada profesional puede encender un pequeño cambio que se multiplica. La salud pública florece cuando las acciones se sostienen en la evidencia y en el compromiso profundo con las personas.

Prevención que transforma vida

Datos

- El cáncer más común y la causa más común de muerte por cáncer en las mujeres en las Américas.
- El número de personas de 18 o más años que viven con diabetes en el mundo aumentó de 197 millones en 1990 a 828 millones en 2022.
- En la Región de las Américas, el número de personas de 18 o más años con diabetes alcanza a 112 millones.
- La carga de enfermedad asociada a diabetes es enorme y creciente: en solo 20 años la mortalidad por diabetes aumentó sobre el 50% a nivel mundial.
- En la Región de las Américas es la sexta causa principal de muerte y la quinta de años de vida perdidos prematuramente.

Compromiso y acción

En este Día Mundial de la Diabetes, reafirmamos nuestro compromiso con la prevención y la educación.



Academia Moratus | www.academiamoratus.cl | [@academiamoratus](https://www.instagram.com/academiamoratus)

Prevención que transforma vida

Bibliografía

1. Día Mundial de la Diabetes [Internet]. SSMS. [citado el 13 de noviembre de 2025]. Disponible en: <https://ssms.gob.cl/dia-mundial-de-la-diabetes/>
2. Día Mundial de la Diabetes 2025 [Internet]. Paho.org. [citado el 13 de noviembre de 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-diabetes-2025>
3. United Nations. Día Mundial de la Diabetes [Internet]. United Nations. [citado el 13 de noviembre de 2025]. Disponible en: <https://www.un.org/es/observances/diabetes-day>
4. Día Mundial de la Diabetes: Especialistas del INTA de la Universidad de Chile destacan la necesidad de pesquisar y llaman a incluir Educación Física diariamente en colegios [Internet]. Uchile.cl. 2024 [citado el 13 de noviembre de 2025]. Disponible en: <https://inta.uchile.cl/noticias/222417/dia-mundial-de-la-diabetes-pesquisa-y-e-fisica-diaria-en-colegios>