

**Daniel Paniagua-Herrera.**

Maestro en Salud Pública, Epidemiología, Licenciado en Optometría.
Vocal en el Consejo Directivo y Vocero en la Asociación Mexicana de Diabetes.
Investigador Médico, Depto. Epidemiología Ocular y Salud Visual, Fundación de Asistencia Privada Conde de Valenciana, I.A.P. Miembro del Consejo Latinoamericano de Investigación en Optometría.



La situación asistencial de las personas que viven con diabetes en México

El análisis de la asistencia en salud en diabetes en México, en donde, una población en su mayoría en edades productivas, se enfrenta a una creciente prevalencia de diabetes, que ha aumentado en las últimas décadas. La falta de adherencia a un estilo de vida saludable, marcada por una alimentación desequilibrada, la falta de actividad física, ha contribuido a esta situación.

El sistema de salud, aunque fragmentado, se esfuerza por abordar estos desafíos. Sin embargo, la calidad de la atención varía entre las diferentes instituciones y la cobertura universal sigue siendo un objetivo a alcanzar. La Atención Primaria en Salud emerge como un componente crucial para mejorar la atención en diabetes, centrándose en la promoción de estilos de vida saludables y la educación en salud.

El fortalecimiento del sistema de salud, con un enfoque en la Atención Primaria en Salud, junto con la colaboración multidisciplinaria e interinstitucional, ofrece oportunidades para abordar eficazmente el desafío de la diabetes en México. Es fundamental implementar medidas preventivas innovadoras y coste-efectivas, así como promover el acceso universal a la información y terapias innovadoras en diabetes.

PREVALENCIA DE LA DIABETES EN MÉXICO

La población de México, con aproximadamente 126 millones de habitantes (Instituto Nacional de Estadística y Geografía-INEGI, 2021), ha experimentado cambios demográficos significativos de-

bido a políticas públicas que han reducido la fecundidad y la mortalidad. Estos cambios han llevado a una reconfiguración en la estructura de edades, con una proporción mayor de personas en edades productivas (15 a 64 años) (INEGI, 2023).

Según la Federación Internacional de Diabetes (IDF), México ocupa el séptimo lugar a nivel mundial en cuanto a personas que viven con diabetes (IDF, 2021); Además, datos del Instituto Nacional de Salud Pública indican que la prevalencia de diabetes en México es del 18.3%, con un 22.1% de prediabetes (Basto-Abreu *et al.*, 2023). La diabetes también figura como la **segunda causa de muerte** en la población mexicana (INEGI, 2024).

El aumento en la prevalencia de la diabetes en México en las últimas décadas resalta la necesidad de una coordinación efectiva en la atención sanitaria, que involucre a los sectores público, privado y social.

FACTORES DE RIESGO Y DETERMINANTES SOCIALES

La población mexicana enfrenta una alta predisposición genética a la diabetes (Saavedra, 2019), y la dieta, especialmen-

te rica en carbohidratos, desempeña un papel crucial en su desarrollo. Según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de 2022, el consumo de bebidas azucaradas es significativamente elevado en contraste con la escasa ingesta de alimentos considerados saludables entre los mexicanos (Gaona-Pineda *et al.*, 2023).

Además, se ha observado un **incumplimiento generalizado de las recomendaciones de actividad física**, con un 65% de niños y niñas que no las cumplen y pasan más de 2 horas al día frente a pantallas. Asimismo, el 91% de los adolescentes pasa más de 2 horas frente a pantallas, y más del 30% de adolescentes y adultos no alcanzan las recomendaciones de actividad física (Medina *et al.*, 2023).

Estos factores contribuyen al sobrepeso, estimado en un 38.3%, y a la obesidad, que afecta al 36.9% de la población. Destaca que la obesidad abdominal es especialmente alta, alcanzando el 81.0%, y las mujeres tienen 1.4 veces más probabilidad de padecer obesidad y obesidad abdominal en comparación con los hombres (Campos-Nonato *et al.*, 2023).

El **elevado consumo de bebidas azucaradas**, con una cifra alarmante de 133.6 »

La prevalencia de diabetes en México pasó de 9.2% en 2012 a

18.3% en 2022



16.3%
Hombres



20.1%
Mujeres

LA PREVALENCIA DE DIABETES EN MÉXICO ES DEL 18.3%, CON UN 22.1% DE PREDIABETES

» litros por persona en México en 2022 (Statista, 2023), agrava aún más estos problemas de salud pública.

CALIDAD DE LA ATENCIÓN EN DIABETES

El **sistema de salud en México** se estructura en tres segmentos: la seguridad social vinculada al empleo, la asistencia pública centrada en la población sin seguro, y el sector privado que abarca a los asegurados independientes y proveedores de servicios particulares. Con datos del INEGI, el 73.5% de la población está afiliada a servicios de salud (INEGI, 2021).

Los servicios de salud en México están distribuidos entre diversas instituciones, siendo el Instituto Mexicano de Seguridad Social, la Secretaría de Salud y el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, las principales entidades gubernamentales encargadas de la atención médica de la población. Cada una de estas instituciones cuenta con modelos de atención médica específicos dirigidos a sus afiliados que viven con diabetes.

El Sistema Nacional de Información Básica en Materia de Salud (SINBA) evalúa el rendimiento y la calidad de los servicios de atención médica en México en el primer nivel de atención de la Secretaría de Salud. A través del Índice de Calidad de la Atención de la Diabetes en México (ICAD), se monitorea la calidad de la atención, compuesto de tres elementos principales: retención del paciente, consulta efectiva e impacto en la salud. El ICAD obtuvo una calificación nacional de 63.3 sobre 100 a febrero de 2024¹.

Además, la prueba de HbA1c nos proporciona información sobre el control glucémico de las personas que viven con diabetes. Según el Sistema de Información en Enfermedades Crónicas (SIC) de

la Secretaría de Salud, en la atención de la diabetes, **solo el 36.6% de los pacientes han tenido al menos una medición de HbA1c²**. De este grupo, únicamente el 45.8% ha alcanzado un valor de HbA1c menor a 7.0%.

En cuanto a los tratamientos, el 84.4% de los esquemas de tratamiento para la diabetes incluyen la prescripción de metformina, seguido por la insulina y la glibenclamida.

El Sistema de Vigilancia Epidemiológica Hospitalaria de Diabetes Mellitus Tipo 2 de la Secretaría de Salud es un sistema de modelo centinela que proporciona información precisa y actualizada sobre los pacientes hospitalizados con diabetes tipo 2. Hasta el tercer trimestre de 2023, se registraron en el sistema un total de 32,168 ingresos de pacientes con diagnóstico de diabetes mellitus tipo 2.

En cuanto a la demografía del ingreso hospitalario por diabetes, el 48.8% de los casos fueron hombres y el 51.1% mujeres, siendo los grupos de edad más afectados los de 60 a 64 años para mujeres y 55 a 59 años para hombres. Se observa que **solo el 15.7% de los pacientes reportaron realizar actividad física diaria** de al menos 30 minutos, mientras que 2,908 (9.0%) eran fumadores activos y había 5,203 (16.16%) casos de alcoholismo. Se destaca que 1,476 casos (4.5%) no tenían conocimiento de que padecían diabetes, y entre aquellos que ya tenían el diagnóstico, la mediana de años desde el diagnóstico fue de 12 años. Asimismo, se identificó que, las comorbilidades más comunes fueron la hipertensión arterial, la obesidad y la enfermedad renal crónica. El pie diabético fue la causa de ingreso más frecuente y la revisión de pies fue la acción de atención de calidad más realizada. En cuanto a la atención y seguimiento, se encontró que atenciones médicas de revisión como la oftalmológica (58.6%) y de nutrición (56.5%), no se rea-

lizaron en ningún momento (Secretaría de Salud, 2023).

PREVENCIÓN PRIMARIA EN EL MANEJO DE LA DIABETES

Se ha identificado que ciertos factores están asociados con un mayor riesgo de desarrollar diabetes en la población mexicana. La “alimentación saludable”, una dieta equilibrada y nutritiva puede influir positivamente en la prevención de la diabetes. Un “mayor nivel de escolaridad” sugiere que la educación puede estar relacionada con un mejor conocimiento sobre la salud y los hábitos de vida saludables, lo que a su vez puede reducir el riesgo de diabetes. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador de la proporción entre peso y estatura, y un IMC alto, que indica sobrepeso u obesidad, se ha relacionado consistentemente con un mayor riesgo de diabetes tipo 2. Por último, la hipertensión arterial se ha identificado como un factor de riesgo comúnmente asociado con la diabetes, ya que ambas condiciones pueden estar relacionadas con problemas de salud subyacentes, como la resistencia a la insulina y la inflamación crónica (Picazzo-Palencia *et al.*, 2021).

La **alfabetización en salud** implica tener el conocimiento, acceso, comprensión, valoración y capacidad para aplicar información, con el fin de tomar decisiones relacionadas con la salud tanto a nivel individual como comunitario. Los hallazgos señalan que la intervención oportuna en edades tempranas puede ser más efectiva para abordar el problema de sobre peso y obesidad. Esto puede significar que, la aplicación de medidas preventivas, educativas o terapéuticas desde etapas tempranas de la vida podría tener un impacto en la prevención o manejo de la diabetes. Además, sugiere que la atención y el apoyo dirigidos a grupos de edad más jóvenes pueden ser fundamentales para promover resultados óptimos a largo plazo (Picazzo-Palencia *et al.*, 2021). »

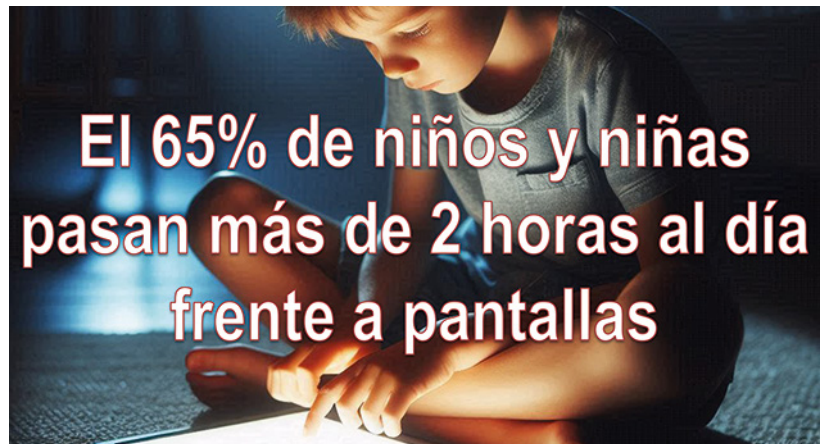
1.- Índice de Calidad de la Atención de la Diabetes en México (ICAD): Resultados con corte al: 29 de febrero de 2024, muestra de 474,894 personas que viven con diabetes de 11,301 unidades de salud de las 32 entidades del territorio de México.

2.- Sistema de Información en Enfermedades Crónicas (SIC): muestra de 1,110,939 de los pacientes que viven con diabetes con al menos una medición de A1c

» DESAFÍOS Y OPORTUNIDADES PARA MEJORAR LA ATENCIÓN

Los desafíos y oportunidades para mejorar la atención en diabetes son multifacéticos y requieren un **enfoque integral** dentro del sistema de salud. Promover la prevención de enfermedades crónicas como la diabetes y mantener la salud de la población en condiciones óptimas durante el mayor tiempo posible son aspectos cruciales de los sistemas de salud de alta calidad. Sin embargo, el diseño e implementación de medidas preventivas innovadoras y económicamente viables para reducir la demanda y el gasto en atención médica por enfermedades potencialmente prevenibles representa un desafío complejo que debe abordarse de manera efectiva.

Es fundamental establecer un **proceso de promoción y educación en salud** que considere los aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales, y que desarrolle estrategias adecuadas para abordar los problemas de salud de manera integral. La integración del sistema de salud mexicano con cobertura universal es esencial para lograr este objetivo. Este enfoque holístico debe impulsar la educación sobre la diabetes, garantizar el acceso a medicamentos y estudios de laboratorio necesarios, y contar con un equipo multidisciplinario de profesionales de la salud que empoderen a las personas que viven con diabetes, así como a sus familias y comunidades, para adoptar estilos de vida saludables. Esta integración promoverá una atención más efectiva y centrada en el paciente, contribuyendo así a mejorar los resultados de salud relacionados con la diabetes en México. **D**



CONCLUSIONES

El fortalecimiento de los sistemas de salud a través de modelos centrados en la Atención Primaria en Salud, que enfatizan la importancia de la persona, la familia y la comunidad, junto con la colaboración multidisciplinaria, intersectorial e interinstitucional, es crucial para abordar eficazmente el desafío de la diabetes en México. Este enfoque debe incluir el acceso universal y gratuito a información sobre hábitos saludables, como la alimentación, la actividad física, el sueño y la higiene, además de políticas que capaciten a las instituciones de salud para proporcionar atención médica y acceso a terapias innovadoras en diabetes tanto a la población con seguridad social como a la que no la tiene. Implementar estas medidas de manera integral y coordinada puede contribuir a la prevención, detección temprana y manejo efectivo de la diabetes en el país.

BIBLIOGRAFÍA:

- 1.- Basto-Abreu, A., López-Olmedo, N., Rojas-Martínez, R., Aguilar-Salinas, C. A., Moreno-Banda, G. L., Carnalla, M., Rivera, J. A., Romero-Martínez, M., Barquera, S., & Barrientos-Gutiérrez, T. (2023). Prevalence of prediabetes and diabetes in Mexico: Ensanut 2022. *Salud Publica de Mexico*, 65. <https://doi.org/10.21149/14832>
- 2.- Campos-Nonato, I., Galván-Valencia, O., Hernández-Barrera, L., Oviedo-Solís, C., & Barquera, S. (2023). Prevalence of obesity and associated risk factors in Mexican adults: results of the Ensanut 2022. *Salud Publica de Mexico*, 65. <https://doi.org/10.21149/14809>
- 3.- Gaona-Pineda, E. B., Rodríguez-Ramírez, S., Medina-Zacarias, M. C., Valenzuela-Bravo, D. G., Martínez-Tapia, B., & Arango-Angarita, A. (2023). Consumidores de grupos de alimentos en población mexicana. *Ensanut Continua 2020-2022*. *Salud Publica de Mexico*, 65. <https://doi.org/10.21149/14785>
- 4.- IDF. (2021). IDF Diabetes Atlas 10th edition. www.diabetesatlas.org
- 5.- INEGI. (2021, January 25). Censo de Población y Vivienda 2020. <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/>
- 6.- INEGI. (2023). ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA MUNDIAL DE LA POBLACIÓN DATOS NACIONALES. <https://www.unfpa.org/es/data/world-population>
- 7.- INEGI. (2024). NÚMERO DE DEFUNCIONES REGISTRADAS. <https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia.html?id=8771#:~:text=Durante%20el%20periodo%20enero%20junio,malignos%2C%20con%2045%20409%20casos>
- 8.- Medina, C., Jáuregui, A., Hernández, C., González, C., Olvera, A. G., Blas, N., Campos, I., & Barquera, S. (2023). Prevalence of movement behaviors in Mexico. *Salud Publica de Mexico*, 65. <https://doi.org/10.21149/14754>
- 9.- Picazzo-Palencia, E., Ortiz-Rodríguez, J., Ramírez-Girón, N., Picazzo-Palencia, E., Ortiz-Rodríguez, J., & Ramírez-Girón, N. (2021). Riesgo de Padecer Diabetes Mellitus Tipo 2 entre las Diferentes Generaciones de Adultos en México. *Papeles de Población*, 27(109), 119–142. <https://doi.org/10.22185/24487147.2021.109.24>
- 10.- Saavedra, D. (2019, August 19). Mexicanos, de los grupos con más predisposición a la diabetes. *Gaceta UNAM*. <https://www.gaceta.unam.mx/mexicanos-de-los-grupos-con-mas-predisposicion-a-la-diabetes/>
- 11.- Secretaría de Salud. (2023). Informe Trimestral Sistema de Vigilancia Epidemiológica Hospitalaria de Diabetes Mellitus Tipo 2. [chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment_data/filename/868686/InformeTrimestralSVEHDMT2_3TRIMESTRE2023.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment_data/filename/868686/InformeTrimestralSVEHDMT2_3TRIMESTRE2023.pdf)
- 12.- Statista. (2023, March). Consumo per cápita de bebidas refrescantes a nivel mundial en 2022, por país. Consumo per Cápita de Bebidas Refrescantes a Nivel Mundial En 2022, Por País. <https://es.statista.com/previsiones/1292261/ventas-per-capita-en-el-mercado-de-refrescos-a-nivel-mundial-por-pais>