

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**  
**SECRETARIA ADMINISTRATIVA**

**DIRECCIÓN GENERAL DE ATENCIÓN A LA SALUD**

**DIABETES MELLITUS 2**  
**PROBLEMA DE SALUD PÚBLICA**

**2016**

Este trastorno del metabolismo del azúcar está descrito desde el año 400 AC, los médicos de la India observaron que la Diabetes aparecía en personas gordas y bien alimentadas y la diagnosticaban por la acumulación de moscas en los orinales de los pacientes; posteriormente en nuestro medio los chamanes o brujos atribuían la DM2 al hecho de ser viejo, obeso y ocioso.

En el presente año el Sistema Nacional de Salud y la Universidad Nacional Autónoma de México, a través de la Dirección General de los Servicios Médicos han puesto en marcha tres programas de acción para prevenir y controlar la Diabetes (DM2), las enfermedades cardiovasculares y la hipertensión arterial; independientemente de las prioridades de salud, se pretende ahorrar alrededor de 7,000 millones de pesos en prevención y complicaciones de la DM.

En los Programas de Acción de la Secretaría de Salud se establece que en nuestro país el 11.8% de la población entre los 20 y 60 años de edad, padece DM2 y se ubica como tercer lugar de mortalidad general; a mayor abundamiento México ocupa el primer lugar en América Latina con ese tipo de alteraciones metabólicas; cada año aparecen 180,000 casos nuevos, lapso en que fallecen 36,000 personas por este padecimiento.

En otras palabras se estima que existen 7.5 millones de diabéticos, de los cuales sólo 1.4 millones han sido diagnosticados.

Por ello se tiene como meta implementar campañas para orientar y ejercer un control metabólico (dieta, peso, hábitos alimenticios, etc.) en la población general y así tratar de lograr incrementar la esperanza de vida a los 70 años de quienes padecen ésta enfermedad; ya que los orígenes genéticos, aunado a malos estilos de vida aumentan más los factores de riesgo de morbilidad y mortalidad.

La organización Mundial de Salud estima que en el próximo decenio la cifra de diabéticos se incrementará en un 25%; es decir más del 20% de la población mexicana padecerá DM2; si no se combaten los malos hábitos alimentarios, puesto que el 62% de la población tiene sobrepeso, además del alcoholismo y el manejo inadecuado del estrés.

La Diabetes Mellitus (DM2) es una serie de alteraciones orgánicas de evolución crónica y predisposición hereditaria; que es fácilmente controlada y compensada si el individuo que la padece sigue una dieta balanceada baja en azúcares, por lo tanto puede llevar una calidad de vida normal si, además, tiene un control médico periódico.

Actualmente la DM no afecta ninguna de las capacidades físicas o intelectuales, es decir, que se puede llevar una vida normal como el resto las personas; siempre y cuando cambie los malos hábitos alimenticios. Es importante que el diabético o aquel que tenga carga genética y factores de riesgo para desencadenarla, al leer estas líneas no tenga ideas negativas o catastróficas (“mi abuelo tenía diabetes y le cortaron una pierna, y se quedó ciego”) estos antecedentes tienen un impacto negativo emocional en el diabético y puede reaccionar negando la enfermedad con gran ansiedad, miedo, tristeza o depresión, ante esta nueva situación en la que tiene que adaptarse y la que va a representar la mayoría de las veces un relativo cambio de vida sobre todo en sus hábitos alimenticios y actividades físicas; si se toman en cuenta estas sencillas recomendaciones sus nietos no lo recordarán como ellos a su abuelo.

**TIPO DE DIABETES.** La DM tipo II la padecen del 90 al 95% de los diabéticos: esta no se controla con insulina, aparece habitualmente en personas mayores de 40 años, por años no presenta síntomas ni molestias importantes. El tratamiento consiste en dieta y ejercicio, a veces si es necesario se prescriben tabletas (hipoglucemiantes orales) que controlan la enfermedad.

La DM tipo I la padecen del 5 al 10% de los diabéticos; esta sí se controla con insulina (inyecciones intradérmicas y aparecen en niños o jóvenes menores de 20 años.

**DETECCIÓN OPORTUNA.** Sobre todo al inicio de la enfermedad no existen síntomas detectables, frecuentemente se llega al diagnóstico durante un examen médico; en etapas medias o avanzadas se presenta un cuadro clínico de las – **P P P P P** – **Polidipsia** (sed no justificada), **Poliuria** (orinar abundante y frecuente), **Polifagia** (apetito compulsivo), **Pérdida de peso**, **Pérdida de dientes**, pereza y otras como mareos, visión borrosa, dolores inespecíficos sobre todo en miembros inferiores y en la mujer aparición de infecciones vaginales no controlables. Las parturientas diabéticas o prediabéticas dan a luz a “bebés orgullosamente grandes y gorditos” con un peso mayor de 4 kilogramos, sin embargo, también pueden existir malformaciones congénitas en recién nacidos. El 5% de los embarazos de mujeres diabéticas termina con muerte del recién nacido.

Se puede acudir a cualquier servicio médico del Sector Salud sin costo alguno para que determinen la cifra de glucosa en sangre con un sencillo piquete en la yema del dedo pulgar; sobre todo en individuos de alto riesgo para la diabetes. La detección precoz en personas asintomáticas puede prevenir o retrasar las complicaciones; si no se combaten estos malos hábitos, además de la obesidad, alcoholismo y manejo inadecuado del estrés, en los próximos 10 años la cifra de diabéticos en el país se incrementará un 25%. La Organización Mundial de Salud estima que más del 20% de la población mexicana padecerá DM2.

**DR. CIPRIANO BORGES CORDERO**

asegfmed@yahoo.com.mx

#### Referencias:

Comité Interdisciplinario de Diabetes, Obesidad y enfermedades cardiovasculares.  
Programa de Vigilancia, Prevención y Control de la Diabetes del IMSS  
Epidemiología de la diabetes tipo 2.  
Rev. Bibl. Médico General Vol. 6, No. 6 pag. 12, 2001.