

Fecha: 14-11-2024

Fuente: ADN Radio

Título: **Día Mundial de la Diabetes: Organización Panamericana de Salud llama a eliminar la desigualdad en el acceso a la atención médica por esta enfermedad**

Link: <https://www.adnradio.cl/2024/11/14/dia-mundial-de-la-diabetes-organizacion-panamericana-de-salud-llama-a-eliminar-la-desigualdad-en-el-acceso-a-la-atencion-medica-por-esta-enfermedad/>

Visitas: 504.317

VPE: 1.689.462

Favorabilidad: No Definida

La jornada busca destacar la importancia de prevenir y controlar este padecimiento que solo en América afecta a 62 millones de personas. <p> Este 14 de noviembre se conmemora el Día Mundial de la Diabetes fecha en la cual se busca concientizar sobre la importancia de prevenir y controlar esta enfermedad, que afecta alrededor de 62 millones de personas en América. </p> <p> “ Rompiendo Barreras, Cerrando Brecha s” es el tema que este año definió la Organización Panamericana de la Salud (OPS) para conmemorar la jornada, donde además se hizo un llamado a eliminar las desigualdades en el acceso a la atención médica, la educación y los recursos necesarios para prevenir y gestionar la diabetes, especialmente en las comunidades más vulnerables. </p> <p> Sobre esto se refirió Andrea Rubio Albagnac, nutricionista y académica Escuela Nutrición y Dietética en la **Universidad Bernardo OHiggins (UBO)**, quien señaló que es crucial reconocer la importancia de realizar pequeños cambios en la dieta al momento de la prevención y manejo de esta enfermedad. </p> <p> “ Adoptar una dieta balanceada, rica en nutrientes y baja en azúcares refinados y grasas saturadas, puede ayudar a prevenir la aparición de la diabetes tipo 2 ?, indicó. </p> <p> Asimismo, indicó que “ resulta vital que se promuevan políticas públicas que faciliten el acceso a una dieta balanceada y la implementación de más programas de educación alimentaria “. </p> <p> “También es importante que l os profesionales de la salud fomenten la concientización sobre la diabetes y cómo una buena alimentación puede ser una herramienta clave para prevenirla”, agregó. </p> <p> Finalmente, la académica de la **UBO** entregó algunas recomendaciones claves en la alimentación para la prevención de la diabetes:</p> <p> Aumentar el consumo de fibra (como frutas, verduras, legumbres y granos enteros). </p> <p> Preferir carbohidratos complejos de bajo índice glucémico (pan integral, arroz integral, avena) en lugar de los refinados (pan blanco, pasteles, galletas). </p> <p> Incorporar grasas saludables (palta, frutos secos, semillas y aceites vegetales). </p> <p> Evitar el consumo excesivo de azúcares</p> <p> ADN</p> <p> Los Tenores</p> <p> con Carlos Costas; Víctor Cruces</p> <p> Programación</p>

Día Mundial de la Diabetes: Organización Panamericana de Salud llama a eliminar la desigualdad en el acceso a la atención médica por esta enfermedad

miércoles, 14 de noviembre de 2024, Fuente: ADN Radio



La jornada busca destacar la importancia de prevenir y controlar este padecimiento que solo en América afecta a 62 millones de personas.

Este 14 de noviembre se conmemora el Día Mundial de la Diabetes fecha en la cual se busca concientizar sobre la importancia de prevenir y controlar esta enfermedad, que afecta alrededor de 62 millones de personas en América.

“ Rompiendo Barreras, Cerrando Brecha s” es el tema que este año definió la Organización Panamericana de la Salud (OPS) para conmemorar la jornada, donde además se hizo un llamado a eliminar las desigualdades en el acceso a la atención médica, la educación y los recursos necesarios para prevenir y gestionar la diabetes, especialmente en las comunidades más vulnerables.

Sobre esto se refirió Andrea Rubio Albagnac, nutricionista y académica Escuela Nutrición y Dietética en la Universidad Bernardo OHiggins (UBO), quien señaló que es crucial reconocer la importancia de realizar pequeños cambios en la dieta al momento de la prevención y manejo de esta enfermedad.

“ Adoptar una dieta balanceada, rica en nutrientes y baja en azúcares refinados y grasas saturadas, puede ayudar a prevenir la aparición de la diabetes tipo 2 ?, indicó.

Asimismo, indicó que “ resulta vital que se promuevan políticas públicas que faciliten el acceso a una dieta balanceada y la implementación de más programas de educación alimentaria “.

“También es importante que l os profesionales de la salud fomenten la concientización sobre la diabetes y cómo una buena alimentación puede ser una herramienta clave para prevenirla”, agregó.

Finalmente, la académica de la UBO entregó algunas recomendaciones claves en la alimentación para la prevención de la diabetes:

Aumentar el consumo de fibra (como frutas, verduras, legumbres y granos enteros)

Preferir carbohidratos complejos de bajo índice glucémico (pan integral, arroz integral, avena) en lugar de los refinados (pan blanco, pasteles, galletas).

Incorporar grasas saludables (palta, frutos secos, semillas y aceites vegetales).

Evitar el consumo excesivo de azúcares

ADN

Los Tenores

con Carlos Costas; Víctor Cruces

Programación