

Desafío social y de salud pública

La diabetes se ha convertido en una enfermedad cada vez más frecuente entre los chilenos. Por ello, el Día Internacional de la Diabetes se presenta como una jornada para reflexionar y tomar acción frente a una enfermedad la cual se genera cuando el páncreas no produce insulina o cuando ésta no es utilizada correctamente por el organismo.

A nivel mundial, la OMS estima que más de 420 millones de personas padecen diabetes, y se proyecta que, para 2030, este número alcance los 578 millones si no se implementan medidas preventivas.

La diabetes no solo impacta la vida de quienes la padecen, sino también de sus familias y del sistema de salud, que enfrenta un desafío creciente en su tratamiento y prevención.

Chile no es la excepción a esta preocupante tendencia. De acuerdo con el Ministerio de Salud, aproximadamente un 12,3% de la población adulta sufre algún tipo de diabetes, una cifra que ha ido en ascenso debido, en parte, al aumento de factores de riesgo como el sedentarismo, el consumo de

alimentos ultra procesados y el incremento de la obesidad. Esto nos sitúa en un escenario preocupante, ya que esta enfermedad conlleva graves dificultades, desde complicaciones cardiovasculares hasta daño en órganos vitales como los riñones y la vista. Los números colocan a Chile entre los países de América Latina con mayores índices de la citada condición. Reducir estas cifras requiere una acción conjunta.

Una alimentación saludable, actividad física constante y la detección temprana son factores más que claves para evitar o retrasar su aparición. En este sentido, es fundamental que las políticas públicas sigan avanzando hacia la promoción de estilos de vida saludables desde la educación escolar, promoviendo una cultura de autocuidado y responsabilidad hacia nuestra salud.

La diabetes no es solo un asunto personal; es un desafío social y de salud pública que demanda la colaboración de todos. Una mayor educación, políticas públicas enfocadas en la salud preventiva y el compromiso de cada persona en su autocuidado son claves para frenar esta epidemia.