

“Un problema de salud pública”: 23.716 pacientes tienen diabetes tipo 1 en Chile

Aunque no hay un balance oficial respecto a la diabetes tipo 2 -provocada por factores de riesgo como la obesidad-, los expertos aseguran que esta se agudizará debido al aumento de algunos malos hábitos de la población. En el Día Nacional de la Diabetes, expertos entregan sugerencias para su prevención.

Ignacia Canales

Como un problema de salud pública que va al alza catalogan los especialistas la diabetes, enfermedad metabólica crónica caracterizada por niveles elevados de glucosa en sangre -en palabras más simples, azúcar en sangre-, que con el tiempo conduce a daños graves en el corazón, los vasos sanguíneos, los ojos, los riñones y los nervios.

Debido al creciente número de personas afectadas por esta patología, la preocupación en el ámbito de la salud ha ido en aumento, y Chile no es la excepción. Según las Encuestas Nacionales de Salud, la prevalencia de diabetes ha subido del 4,2% en 2003 al 12,3% en 2016-2017.

Cecilia Vargas, diabetóloga y expresidenta de la Sociedad Chilena de Diabetología (Sochidiab), advierte que “es un problema de salud pública porque es una condición prevalente y existen varios factores de riesgo que aumentan la probabilidad de desarrollar diabetes. Por eso, es posible que el número de personas afectadas siga creciendo. De hecho, la Federación Internacional de Diabetes proyecta que Chile será uno de los países con mayor incremento en casos en los próximos años”.

Tanto en Chile como en el mundo, los tipos más frecuentes de diabetes -cuyo día se conmemora hoy- son la diabetes mellitus tipo 1 y la diabetes mellitus tipo 2.

Eso sí, se originan de maneras distintas. El primer tipo es una condición autoinmune que suele diagnosticarse en la infancia o adolescencia, mientras que la diabetes tipo 2 se asocia principalmente con factores de riesgo como el sedentarismo, la obesidad y malos hábitos alimenticios. Según la última Encuesta Nacional de Salud, los pacientes con diabetes tipo 2 representan el 12,3% de la población chilena.

En cuanto a la diabetes tipo 1, el Departamento de Estadísticas e Información de Salud -dependiente del Minsal- lleva un registro detallado de los casos. De acuerdo con la última actualización de la cartera sanitaria, para agosto de este año se contabilizan 23.716 pacientes con diabetes tipo 1. En cuanto al perfil de los pacientes, los casos au-



► La prevalencia de diabetes ha subido del 4,2% en 2003 al 12,3% en 2016-2017.

mentan rápidamente en los primeros años de vida y alcanzan su peak entre los 30 y 34 años, con un total de 2.593 casos registrados en este grupo etario. A partir de esa edad, la frecuencia comienza a disminuir progresivamente. En cuanto a la distribución por sexo, el 47,3% de las pacientes son mujeres, y el 52,7%, hombres.

La doctora Vargas señala que existe un perfil característico para la diabetes tipo 1: “La aparición de la diabetes tipo 1 es mayor en niños y adolescentes. De hecho, hasta hace un tiempo era la principal que se presentaba en este grupo etario. Otra característica es que el paciente suele tener otras enfermedades autoinmunes como el hipotiroidismo”.

Aníbal Donoso, nutriólogo y diabetólogo de Clínica U. de los Andes, recalca que la principal diferencia entre los dos tipos de diabetes es su origen: “Los pacientes que acumulan mucha grasa corporal suelen generar una resistencia a la insulina y, con el

paso de los años, esta resistencia genera una prediabetes que generalmente termina en una diabetes tipo 2. Entonces, tienen la similitud de que ambas presentan niveles altos de azúcar en la sangre, pero son absolutamente distintas en cuanto a su origen; la tipo 1 es inmunogénica y la otra es de origen metabólico, asociado enormemente a la obesidad”.

Por esta razón, el experto afirma que se pueden tomar medidas para prevenir la diabetes tipo 2: “La principal prevención es un estilo de vida saludable, y eso significa alimentarse bien, evitando las comidas ultraprocesadas. También es importante tener una actividad física regular, por lo menos 150 minutos a la semana”.

Medidas sanitarias

Carolina Neira, jefa del Departamento de Enfermedades no Transmisibles del Minsal, afirma que como cartera han priorizado la diabetes en su Estrategia Nacional de Salud.

“Esto incluye el acceso a atención médica a través del sistema de Garantías Explícitas en Salud (GES), que asegura tratamiento para personas con diabetes tipo 1 y tipo 2. Además, se ha implementado la Ley Ricarte Soto, que facilita el uso de dispositivos como infusores subcutáneos de insulina. También se ha lanzado una Estrategia de Salud Digital que permite consultas con médicos especialistas en diabetes desde el primer nivel de atención, lo que mejora la accesibilidad para quienes viven en áreas alejadas”, detalla.

Finalmente, el Minsal enfatiza en este Día Mundial de la Diabetes la importancia de mantener hábitos saludables: “Es esencial realizar al menos 150 minutos de ejercicio moderado a la semana, gestionar el estrés y asegurar un buen descanso nocturno. También se sugiere realizar chequeos médicos anuales para evaluar niveles de glicemia (azúcar en sangre), presión arterial y colesterol”. ●