

# Diabetes: amenaza silenciosa



**Dra. María del Carmen Puelles Morales,**  
**Médico general, especialista en Medicina Familiar.**  
**San José Interclínica.**

**E**n Chile, se estima que el 12% de la población adulta vive con diabetes y, lo más alarmante, es que un tercio de estas personas desconoce su diagnóstico. En el mundo, según la Federación Internacional de Diabetes, más de 240 millones de personas sufren la enfermedad sin saberlo.

Se trata de una situación preocupante, pues esta falta de diagnóstico compromete seriamente la posibilidad de que los pacientes reciban un tratamiento oportuno, agravando los riesgos de sufrir complicaciones como enfermedades cardiovasculares, daño renal y problemas de visión.

La diabetes es una enfermedad que avanza por el organismo sin síntomas claros y visibles, pero provocando un importante impacto en órganos vitales. Es por ello que solo la prevención, el diagnóstico precoz y el tratamiento oportuno pueden combatir el que se ha convertido en un problema de salud pública en Chile y el mundo.

Tal como en muchas enfermedades y condiciones que impactan el bienestar, el llamado es a llevar una vida activa, con una dieta equilibrada y consultas regulares al médico, más aún quienes tienen factores de riesgo como antecedentes familiares de la enfermedad, obesidad o son sedentarios.

Hace poco conmemoramos el Día Mundial de la Diabetes y la ocasión nos sigue llamando a generar conciencia. Solo así podremos enfrentar el avance de una enfermedad compleja, pero que con un diagnóstico temprano y un buen tratamiento, es manejable y permite una vida plena y saludable.