



Editorial

## Prevalencia de diabetes

**Antofagasta tiene más de 22 mil personas en tratamiento por diabetes y es la región con menor consumo de frutas y verduras del país.**

**N**uestro país tiene una de las tasas de prevalencia de diabetes y obesidad más altas del continente y junto con la hipertensión se han convertido en patologías causantes de enfermedades invalidantes, que pueden llevar a la muerte. La obesidad y sobrepeso, especialmente en los niños, debido a la alimentación poco sana y la falta de actividad física, han conducido a un fuerte aumento de los índices de diabetes y el riesgo de la enfermedad es cada vez más precoz.

Según datos del Ministerio de Salud, en Chile hay más de dos millones de personas diagnosticadas y se estima que su prevalencia seguirá subiendo.

Ésta es una enfermedad crónica y progresiva, que se caracteriza por niveles elevados de glucosa en la sangre. Es una causa importante de ceguera, insuficien-

**La atención a la diabetes representa un costo elevado para las familias.**

cia renal, amputación de miembros inferiores y otras consecuencias a largo plazo que impactan de manera significativa en la calidad de vida y elevan el riesgo de

muerte prematura. La atención a la diabetes y sus complicaciones representa un costo elevado para las familias y los sistemas de salud. El 78,5% de las personas con diabetes conoce su diagnóstico, pero solo el 34,3% de ellas la tiene controlada. La mala nutrición ocupa un lugar protagónico al evaluar el estilo de vida que llevan los chilenos, siendo uno de los factores de riesgo que potencia el desarrollo de esta enfermedad. Los expertos señalan que la mejor forma de prevenir la diabetes es que la población siga una alimentación saludable.

Si bien leyes como el etiquetado de los alimentos ayudan a reducir los problemas de obesidad y las patologías de diabetes e hipertensión, todo dependerá de que haya verdaderamente cambios en los hábitos de alimentación de las familias, por ejemplo, desterrando el consumo de comida chatarra -sobre todo en los niños- y realizando más actividad física.