

---

**BOLETÍN INFORMATIVO / Semana No. 46 – 2024**

**ANTE LA DIABETES: “ROMPIENDO BARRERAS, CERRANDO BRECHAS”**

La diabetes se ha disparado y multiplicado su carga en las últimas décadas en el mundo. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que continuará escalando en la tabla de mortalidad a expensas de su crecimiento sin control en los países empobrecidos como consecuencia de la epidemia de obesidad que la precede como problema mayor de la salud pública de nuestros días.

Se conoce como diabetes mellitus a un grupo de trastornos metabólicos caracterizados por niveles elevados de azúcar en sangre o hiperglucemia. Ésta puede ser consecuencia de defectos en la secreción de insulina, en su acción, o en ambas. Existen principalmente tres tipos de diabetes: diabetes tipo 1 (DM1), diabetes tipo 2 (DM2) y diabetes gestacional o del embarazo (DMG).

La DM2 es la forma más frecuente, representa alrededor del 90 % del total de casos; ha sido muy común en los adultos mayores, pero aparece cada vez con más frecuencia en niños, adolescentes y jóvenes debido al aumento de los niveles de obesidad, a la falta de actividad física y a las deficiencias de la dieta.

La hiperglucemia crónica y sostenida se asocia con daño a largo plazo en diferentes órganos. La diabetes contribuye de manera importante a las enfermedades cardiocerebrovasculares y es causa alta y frecuente de discapacidad en todo el mundo. Una diabetes no diagnosticada o mal controlada puede acabar en amputación de los miembros inferiores, ceguera y enfermedad renal crónica. No obstante, si se logra controlar la diabetes adecuadamente, estas graves complicaciones se pueden prevenir o retrasar.

La DM2 comienza mucho antes de que los síntomas se hagan manifiestos. Sin embargo, el diagnóstico y tratamiento oportuno y adecuado de la enfermedad reduce las graves y costosas complicaciones y la mortalidad. Puede presentarse con síntomas de variable intensidad como poliuria (orinar en demasía), polidipsia (sed excesiva), polifagia (incremento en el apetito), visión borrosa. Con no poca frecuencia las personas muestran pocos síntomas y no tan intensos que llamen la atención temprana.

La diabetes impone costos humanos, sociales y económicos muy altos en todos los países, a las personas y a las familias cualquiera que sea su nivel de ingresos. Los indicadores hablan por sí solos: casi 500 millones de personas viven con diabetes y los países empobrecidos soportan casi el 80 % de la carga de diabetes. La rápida urbanización, las dietas poco saludables y los estilos de vida cada vez más sedentarios han dado lugar a unos índices de obesidad y diabetes inauditos.

En nuestro país, según reportes de la Encuesta Nacional de Salud, la diabetes embarga al 10,0 % de la población cubana, un poco más en las áreas urbanas (10,8 %), más a las mujeres (12,2 %) y en las personas de la piel negra (11,8 %). En las personas de 75 años y más tiene una prevalencia que alcanza el 23.0 %. El 48,4 % de las personas con diabetes alcanzaba un control deseable, el 17,4 % un control aceptable. El 34,2 % presentaban descontrol metabólico.

Según la referida encuesta, realizada entre 2018 – 2020, el 65,1 % de las personas con diabetes se trataba con antidiabéticos orales y un 24,5 % con insulina.

La diabetes no sólo representa hoy una crisis sanitaria, constituye una catástrofe social mundial. Debido a su naturaleza crónica, causa un sufrimiento personal devastador y conduce a muchos individuos y familias a situación de vulnerabilidad.

Debemos aumentar la concientización sobre la importancia de llevar una dieta saludable y realizar actividad física, especialmente entre niños y adolescentes, e incorporar ambientes saludables en la planificación urbana, escolar y laboral. Los profesionales de la atención primaria de salud deben recibir la formación apropiada sobre prevención y cuidado de la diabetes y deben constar con las herramientas de detección y los medicamentos necesarios, algo que lamentablemente hoy nos afecta mucho.

La piedra angular del tratamiento de la DM2 es la educación, el conocimiento del problema que implica la enfermedad, la promoción de una vida saludable, lo cual incluye la adopción de una dieta sana, el aumento de la actividad física, un plan para dejar de fumar y mantener un peso corporal saludable. Si los intentos de cambiar el estilo de vida no son adecuados para controlar los niveles de glucemia, normalmente se iniciará medicación oral.

Estudios y análisis actualizados revelan claramente que necesitamos una respuesta energética y más dinámica. Encontrar soluciones eficaces contra la diabetes no surge de la nada. Es el resultado de un consenso colectivo, del compromiso y la inversión pública en intervenciones asequibles, rentables y que se basen en la mejor evidencia disponible.

En este sentido Cuba adoptó la decisión y el compromiso el pasado año de 2023 de avanzar en la implementación de un modelo de control poblacional de la DM2 basado en la Iniciativa *HEARTS* de OMS/OPS. En correspondencia con ese propósito se recibió la visita de la asesora regional de OPS para este propósito y se inició un proceso de construcción y monitoreo de una Vía Clínica cubana para el manejo de DM2 en el primer nivel de atención.

Se debe destacar que el control de la Hipertensión Arterial (HTA) que comúnmente acompaña a la DM2 es elemento esencial para el control clínico y sanitario y la reducción de la mortalidad prematura por diabetes. De ahí la importancia de la integración y la integralidad que ofrece el modelo de *HEARTS*.

Se seleccionó y ratificó, también en 2023, a la provincia de Artemisa como Área de Demostración en Cuba para la Prevención y Control de la Obesidad y la Diabetes. Y desde allí fueron enunciados, el 14 de noviembre pasado, los propósitos de trabajar intensamente en la implementación del programa y la validación de la Vía Clínica.

Un año después estamos en condiciones de proclamar una Vía Clínica que se ha estado trabajando, perfeccionando y monitoreando en Artemisa y también en el Policlínico “Abelardo Ramírez” de La Habana. Se puede proclamar también con ello la voluntad de avanzar en el control poblacional de la DM2. Y para el primer trimestre de 2025 contaremos con un nuevo Programa de Prevención y Control de la Obesidad y la Diabetes en Cuba. // (STM).

## PRINCIPALES EVENTOS DE LA SEMANA 46

- Lunes 11: Continua, desde ayer y hasta el viernes 15, la Semana Internacional de la Ciencia y la Paz // Día de las Librerías // Reunión de Coordinación Semanal de la Viceministra, Dra. Carilda Peña García.
- Martes 12: Día Mundial de la Neumonía.
- Miércoles 13: Día Mundial de la Enfermedad de Huntington // Día Mundial de los Sistemas de Información Geográficos // Día Mundial de la Bondad // Día Mundial de la Dieta Mediterránea // Taller por el Día Mundial de la Diabetes (organiza la Sociedad Cubana de Endocrinología y el Grupo Nacional de la Especialidad; 9.00 h, en el Teatro del ICCCV en La Habana) // seminario Virtual por el Día Mundial de la Diabetes (14.00 h, sede OPS, La Habana).
- Jueves 14: Día Mundial de la Diabetes // Día Mundial de la Calidad // Día Mundial de la Usabilidad // Día Mundial de los Vendedores Ambulantes // Jornada Científica de ENT y Factores de Riesgos en el Hospital “Hermanos Ameijeiras”.
- Viernes 15: Día Mundial sin Alcohol // Día Mundial de la Vasectomía // Jornada Científica de ENT y Factores de Riesgos en el Hospital “Hermanos Ameijeiras”.
- Sábado 16: Día Internacional del Patrimonio Mundial // Día Mundial para la Tolerancia.
- Domingo 17: Día Internacional de los Estudiantes // Día Internacional de Lucha contra el Cáncer de Pulmón // Día Internacional de Recuerdo de las Víctimas de Accidentes del Tráfico // Día Mundial del Niño Prematuro // Día Mundial del Síndrome de Smith Magenis.

## SUGERENCIA DEL DOMINGO (PARA LA SEMANA 45) – LEER PARA CRECER

En el Grupo de WhatsApp de ENT no hubo ayer domingo sugerencia de lectura. Pero, como otras veces, queremos aprovechar la oportunidad de este espacio, ahora para sugerir un material que complementa la Nota Editorial relacionada con el Día Mundial de la Diabetes 2024. Se trata del material ***“Pacto Mundial de la Diabetes. Implementación en la Región de las Américas”***, que publicó la OPS en 2021. Búsquelo, léalo, compártalo.

## **SESIÓN DEL ATENEO DE LAS ENT “Dr. Ignacio Macías Castro”**

La sesión del Ateneo de las ENT “Dr. Ignacio Macías Castro”, prevista para el pasado viernes 8 de noviembre de 2024, y que se decidió posponer por las afectaciones del huracán “Rafael”, se efectuará el próximo viernes 29 de noviembre a partir de las 2.00 PM, en la sede del Consejo Nacional de Sociedades Científicas de la Salud (Calle 2, entre 15 y 17, Vedado, municipio Plaza de la Revolución, La Habana). El tema central del encuentro será “La determinación social de las ENT y la Cronicidad”. La entrada y participación será libre; puede llevar acompañantes, especialmente estudiantes de Ciencias Médicas y Residentes. ¡Le esperamos!

## **DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE PULMÓN**

El cáncer es una de las principales causas de muerte en todo el mundo; causa la muerte de cerca de 10 millones de muertes cada año. De estas defunciones, 1,8 millones corresponden a las provocadas por el cáncer de pulmón, que señorea entre los de mayor mortalidad.

Todos los 17 de noviembre se conmemora el Día Internacional de la Lucha contra el Cáncer de Pulmón, una enfermedad que puede ser letal y afectar a ambos sexos.

Con esta fecha se quiere concienciar a la sociedad de su prevención evitando factores de riesgo como el tabaco, el alcohol y otras sustancias nocivas para la salud. Al igual que la importancia que tiene su detección precoz.

***AQUÍ SE ACEPTAN COLABORACIONES: ¡HAGA LA SUYA!***

***Coordinador: Dr. Salvador Tamayo Muñiz – MINSA, La Habana, 11 de noviembre de 2024.***

[salvador.tamayo@infomed.sld.cu](mailto:salvador.tamayo@infomed.sld.cu)