14 DE NOVIEMBRE: DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

(Actualización: noviembre 2026).

El Día Mundial de la Diabetes fue instituido en 1991 por la Federación Internacional de Diabetes (FID) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), en un esfuerzo conjunto para la sensibilización y educación sobre esta enfermedad, dada su alarmante incidencia en todo el mundo. En 2006, la Asamblea General de las Naciones Unidas lo reconoció como día oficial. Se eligió esta fecha por ser el natalicio de Frederick Grant Banting, quien, junto con Charles Best, descubrió en 1921 la insulina, hormona que regula el nivel de glucosa en la sangre, y que hizo que la diabetes pasara de ser mortal a ser una enfermedad controlable, salvando así millones de vidas.

La diabetes es una enfermedad metabólica crónica provocada por una insuficiente generación de insulina debido a alguna afectación del páncreas, o bien, cuando el organismo no la aprovecha eficazmente. Sus factores de riesgo son el sobrepeso, la obesidad y la inactividad física. Existen tres tipos de diabetes: tipo 1, tipo 2 y gestacional. La diabetes tipo 1 se caracteriza por una producción insuficiente de insulina y requiere tratamiento con esta hormona. No se puede prevenir. La tipo 2 es la más común (85 - 90 % de los casos), causada porque el organismo no utiliza eficazmente la insulina. Se puede prevenir mediante una dieta saludable, actividad física regular, mantener un peso corporal normal y evitar el consumo de tabaco. La diabetes gestacional se detecta por primera vez durante el embarazo.

Las estimaciones sobre la diabetes en el mundo difieren considerablemente: la OMS calcula que unos 830 millones de adultos vivían con ella en 2022, mientras que la FID estima en 589 millones el número de personas diabéticas de 20 a 79 años en 2024. Además de abarcar edades y años distintos, ambas cifras proceden de criterios diagnósticos y métodos de estimación diferentes.

El Atlas de la Diabetes de la FID estima que, en 2024, 589 millones de personas de 20 a 79 años vivían con diabetes en el mundo; proyecta que podrían ser 853 millones en 2050. Para México, estima en 13.6 millones el número de personas de ese mismo grupo de edad con diabetes en 2024, de las cuales aproximadamente 41 % no había recibido un diagnóstico.

La atención de la diabetes es prioritaria. La ficha actualizada de la OMS estima que, en 2023, la diabetes y la enfermedad renal causada por ella ocasionaron alrededor de 2.4 millones de muertes en el mundo. También señala que, en 2022, 59 % de los adultos de 30 años y más que vivían con diabetes no tomaban medicamentos para esta afección. Aunque el dato muestra una brecha en la cobertura farmacológica, no significa, por sí solo, que todas esas personas carecieran de cualquier forma de atención.

En nuestro país, las estadísticas definitivas del INEGI registraron 112 577 defunciones por diabetes mellitus en 2024, lo que la ubicó como la segunda causa de muerte. Esa cifra corresponde a defunciones registradas y no debe confundirse con las estimaciones de la FID sobre personas diabéticas.

El tema de la campaña mundial para **2026** y **2027: *Acción temprana frente a la diabetes***, destaca la detección oportuna, la reducción de riesgos y el acceso continuo a la atención. En el Día Mundial de la Diabetes, recordemos que la prevención es fundamental: mayor actividad física, dieta adecuada y reducción de peso disminuyen entre 34 y 43 % el riesgo de desarrollar diabetes. Gobiernos, servicios de salud, escuelas, centros de trabajo, productores y fabricantes de productos alimenticios, sociedad civil, todos podemos contribuir a detener el aumento de la diabetes y mejorar la calidad de vida de quienes sufren la enfermedad.

Fuentes:
Naciones Unidas. Día Mundial de la Diabetes. 14 de noviembre. (2025). https://www.un.org/es/observances/diabetes-day
Organización Mundial de la Salud. Día Mundial de la Diabetes 2026. Acción temprana frente a la diabetes. https://www.who.int/campaigns/world-diabetes-day/2026
Organización Mundial de la Salud. (3 nov. 2026). Diabetes. Datos clave. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes
Naciones Unidas. Asamblea General. Resolución A/RES/61/225 aprobada por la Asamblea General el 20 de diciembre de 2006. https://docs.un.org/es/A/RES/61/225
Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (10 nov. 2025). *Estadísticas de defunciones registradas 2024*. https://en.www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/edr/EDR2024-def_CP.pdf
Federación Internacional de la Diabetes. (s.f.). La detección precoz frente a la diabetes. https://worlddiabetesday.org/es/
Federación Internacional de la Diabetes. (2026). México. Informe nacional sobre la diabetes 2000-2050. https://idf.org/our-network/regions-and-members/south-and-central-america/members/mexico/