

■ Diabetes tipo 2 en México

Evitarla cuesta cada vez más, pero cuidarte es decisión tuya

Cuando la diabetes tipo 2 no se atiende a tiempo, la factura no solo es para la salud: también para el bolsillo. Esta enfermedad representa tanto un problema de bienestar como un gasto constante que afecta la economía familiar.

■ Cifras que preocupan

■ 112,641 defunciones por diabetes en 2024	75.7■% en mayores de 60 años
■ 589 millones de personas viven con diabetes tipo■2	Podría aumentar a 853 millones en 2050
■ Tratamiento anual: entre \$23,722 y \$45,000	Sin contar gastos adicionales

■ Claves para prevenirla

- Mantén un plan alimenticio equilibrado y actividad física regular.
- Monitorea tus niveles de glucosa y registra cambios.
- Reconoce síntomas de hipoglucemia e hiperglucemia a tiempo.
- No ignores chequeos médicos, incluso si te sientes bien.

■ En Yucatán

En el estado, la diabetes es una amenaza silenciosa que mina el bienestar de hogares enteros. Cada peso destinado al tratamiento es un recurso que no se invierte en educación, proyectos o vida familiar. Cuidarte es también cuidar tu futuro.

■ Fuente: Revista del Consumidor, noviembre 2025