Instituto Nacional de Salud Pública

FIESP
México, desde la salud pública

INFORMA SALUD

5a Edición 2026 / Noviembre

DIABETES EN MÉXICO: ACTUAR A TIEMPO CAMBIA LA HISTORIA



Casi uno de cada cinco adultos vive con diabetes y uno de cada tres de ellos todavía no lo sabe.

Instituto Nacional de Salud Pública

FIESP
México, desde la salud pública



Cada 14 de noviembre se conmemora el **Día Mundial de la Diabetes.** En 2026, la Organización Mundial de la Salud (OMS) dedica la jornada a la acción temprana: diagnosticar antes, garantizar el acceso a una atención integral y reducir el estigma que todavía rodea a esta enfermedad (1). Para México el mensaje es especialmente urgente. La diabetes es la segunda causa de muerte en el país y una proporción importante de quienes la padecen no ha recibido un diagnóstico (2, 3).

Un problema que crece en todo el mundo

De acuerdo con el Atlas de la Diabetes de la Federación Internacional de Diabetes (FID), 11ª edición, 589 millones de adultos de 20 a 79 años viven con diabetes y alrededor de 252 millones no saben que la tienen. Si no se actúa, la cifra llegará a 853 millones en 2050. La enfermedad causa más de 3.4 millones de muertes al año y el gasto en salud asociado ya superó por primera vez el billón de dólares (4).

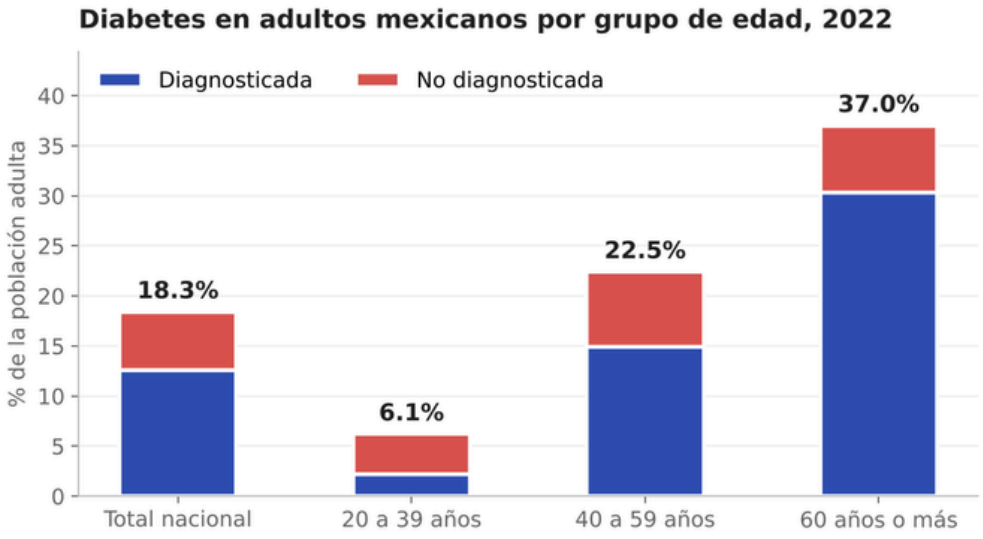
La OMS, que mide a la población de 18 años o más, estima que en 2022 había 830 millones de personas con diabetes, frente a unos 200 millones en 1990. La prevalencia en adultos se duplicó en ese periodo, de 7% a 14%, y 59% de los adultos de 30 años o más con diabetes no tomaba ningún medicamento para controlarla (5). En la región de las Américas, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) calcula 112 millones de adultos con diabetes, casi cuatro veces más que en 1990 (6).



México en cifras

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut) 2022 del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) encontró que 18.3% de los adultos de 20 años o más vive con diabetes. De ese total, 12.6% ya tenía diagnóstico y 5.8% fue identificado por la encuesta sin saberlo. Es decir, 31.7% de las personas con diabetes desconoce su condición, y entre los menores de 40 años esa proporción llega a 65.6% (2).

- La prevalencia total de diabetes pasó de 14.4% en 2006 a 18.3% en 2022 (2).
- 22.1% de los adultos tiene prediabetes, es decir, niveles de glucosa elevados que todavía no alcanzan el rango de diabetes (2).
- La diabetes afecta más a las mujeres (20.1%) que a los hombres (16.3%) y aumenta con la edad: 6.1% entre los 20 y 39 años, 22.5% entre los 40 y 59, y 37.0% a partir de los 60 (2).
- Con base en la Ensanut, la Secretaría de Salud estima que 14.4 millones de personas viven con diabetes en México (7).

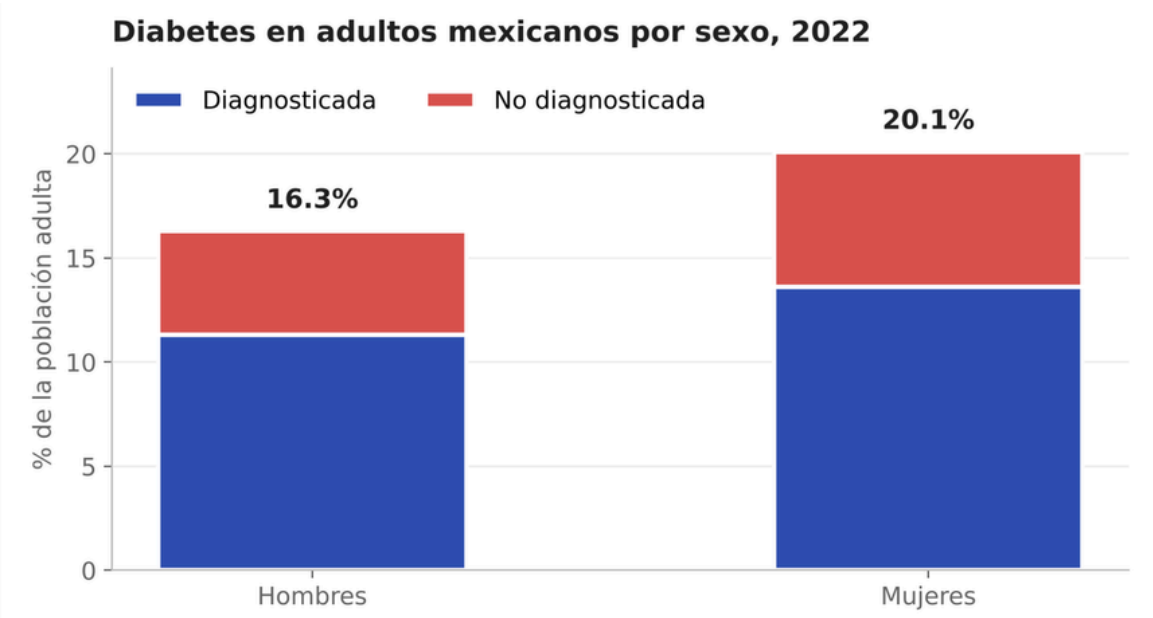


Fuente: Basto-Abreu A, et al. Salud Publica Mex. 2023;65(supl 1):S163-S168 (Ensanut 2022). Adultos de 20 años o más.

Gráfica 1. Prevalencia de diabetes diagnosticada y no diagnosticada por grupo de edad, Ensanut 2022 (2).

FIESP
México, desde la salud pública

Instituto Nacional de Salud Pública



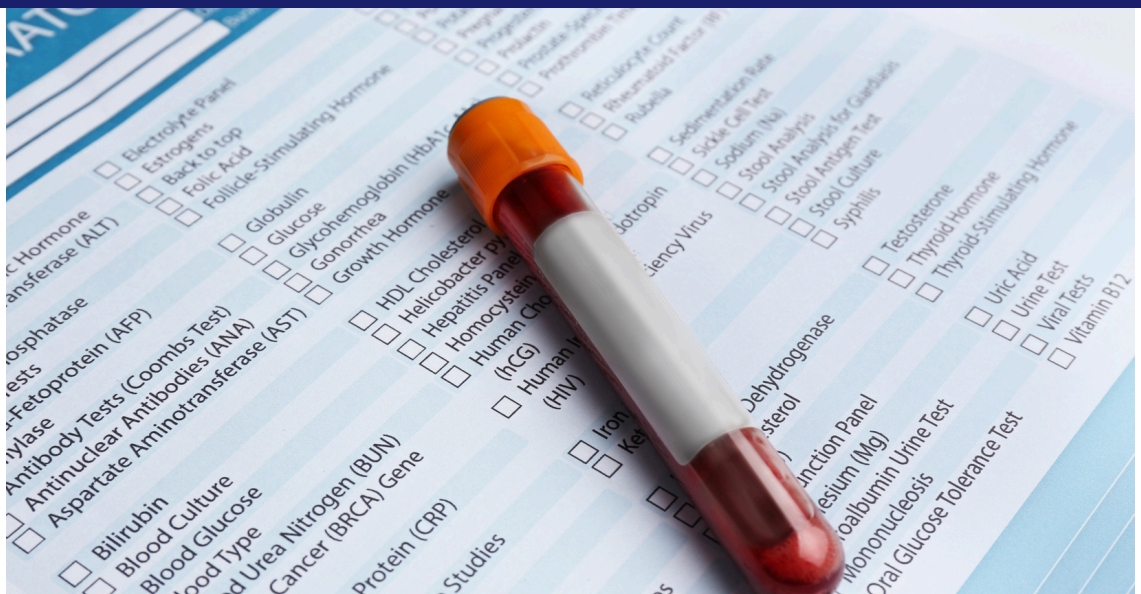
Fuente: Basto-Abreu A, et al. Salud Publica Mex. 2023;65(supl 1):S163-S168 (Ensanut 2022). Adultos de 20 años o más.

Gráfica 2. Prevalencia de diabetes diagnosticada y no diagnosticada por sexo, Ensanut 2022 (2).

Detectar a tiempo: la gran tarea pendiente

La detección oportuna es una de las áreas con mayor rezago. Un estudio del INSP estimó que en 2022 alrededor de 4.5 millones de adultos tenían diabetes sin saberlo y unos 21.7 millones tenían prediabetes. Además, la proporción de adultos que se realizó una prueba de detección bajó de 23.7% en 2012 a 9.6% en 2021 (8). Según la Ensanut 2022, solo 12.2% de los adultos se hizo una prueba de detección de diabetes en el año previo a la encuesta (9).

Una vez diagnosticada, el reto es el control. Con datos de la Ensanut 2020, solo 39.0% de los adultos con diagnóstico previo tenía su glucosa controlada (hemoglobina glucosilada menor a 7%) (10). La mayoría, en cambio, recibe tratamiento: 89.5% de las personas diagnosticadas en 2022 (9).



UNA DE LAS PRINCIPALES CAUSAS DE MUERTE

De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en 2024 se registraron 112,577 defunciones por diabetes mellitus, que la colocan como la segunda causa de muerte en el país, solo después de las enfermedades del corazón (11). Las cifras preliminares de 2025 reportan 106,874 muertes por diabetes, 14% de todas las defunciones registradas (762,494). Se mantiene como segunda causa tanto en mujeres (53,557) como en hombres (53,316) (3).

¿QUÉ SE ESTÁ HACIENDO?

En agosto de 2026, la Secretaría de Salud y el IMSS anunciaron un modelo nacional de atención integral del síndrome cardio-renal-metabólico. Este modelo atiende de forma conjunta la diabetes, la hipertensión, las alteraciones del colesterol y los triglicéridos, y la enfermedad renal crónica, con énfasis en el primer nivel de atención. Incluye la medición de peso, talla y presión arterial en cada consulta, y estudios de sangre y orina al menos una vez al año (7).

El modelo se apoya en los Protocolos Nacionales de Atención Médica (PRONAM), que homologan los criterios de prevención, diagnóstico, tratamiento y referencia en las instituciones públicas de salud (7).

SEÑALES DE ALERTA Y CÓMO PREVENIR

La OMS recomienda estar atentos a síntomas como sed excesiva, necesidad frecuente de orinar, cansancio y visión borrosa (1). La diabetes tipo 2, que representa más de 90% de los casos (4), puede prevenirse o retrasarse con medidas sencillas (5):

- Alcanzar y mantener un peso saludable.
- Realizar al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana.
- Seguir una alimentación saludable, sin azúcares añadidos y baja en grasas saturadas.
- No fumar.

FIESP
México, desde la salud pública

Instituto Nacional de Salud Pública

De acuerdo con la Norma Oficial Mexicana NOM-015-SSA2-2010, la detección de diabetes debe hacerse en la población general a partir de los 20 años y repetirse cada tres años, o desde el inicio de la pubertad cuando hay obesidad y otros factores de riesgo, como antecedentes familiares de diabetes, sedentarismo, hipertensión o diabetes gestacional. Si la glucosa es normal pero hay obesidad, sedentarismo o tabaquismo, la prueba debe repetirse cada año. La norma considera prediabetes una glucosa en ayuno de 100 a 125 mg/dL, y diabetes una glucosa en ayuno mayor a 126 mg/dL. Si no hay síntomas claros, el resultado debe confirmarse con una segunda prueba en otro día (12).

La diabetes no siempre da señales a tiempo, pero detectarla temprano permite evitar o retrasar complicaciones como la enfermedad renal, la pérdida de la vista, las amputaciones y los infartos. Hacerse una prueba de glucosa es sencillo, y en México es urgente que más personas lo hagan, especialmente quienes tienen factores de riesgo. Actuar a tiempo salva vidas.

Referencias

1. Organización Mundial de la Salud. World Diabetes Day 2026 [Internet]. Ginebra: OMS; 2026. Disponible en: https://www.who.int/campaigns/world-diabetes-day/2026
2. Basto-Abreu A, López-Olmedo N, Rojas-Martínez R, Aguilar-Salinas CA, Moreno-Banda GL, Carnalla M, et al. Prevalencia de prediabetes y diabetes en México: Ensanut 2022. Salud Publica Mex. 2023;65(supl 1):S163-S168. https://doi.org/10.21149/14832
3. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Estadísticas de defunciones registradas (EDR) 2025 (preliminar). Comunicado de prensa 43/26. 7 de agosto de 2026. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2026/edr/EDR2025_CP.pdf
4. International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas, 11th edition. Bruselas: IDF; 2025. Disponible en: https://diabetesatlas.org/
5. Organización Mundial de la Salud. Diabetes. Nota descriptiva, 14 de noviembre de 2024. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/diabetes
6. Organización Panamericana de la Salud. Ante el aumento en el número de casos en todo el mundo, que se han cuadruplicado en los últimos decenios, es necesario tomar medidas urgentes contra la diabetes. 14 de noviembre de 2024. Disponible en: https://www.paho.org/es/noticias/14-11-2024-ante-aumento-numero-casos-todo-mundo-que-se-han-cuadruplicado-ultimos-decenios
7. Instituto Mexicano del Seguro Social. Secretaría implementa un modelo nacional de atención integral del síndrome cardio-renal-metabólico. Boletín No. 446/2026. 20 de agosto de 2026. Disponible en: https://www.imss.gob.mx/node/112818
8. Rojas-Martínez R, Escamilla-Núñez C, Castro-Porras L, Gómez-Velasco D, Romero-Martínez M, Hernández-Serrato MI, et al. Detección oportuna de prediabetes y diabetes. Salud Publica Mex. 2024;66(4):518-527. https://doi.org/10.21149/15837
9. Escamilla-Núñez MC, Castro-Porras L, Romero-Martínez M, Zárate-Rojas E, Rojas-Martínez R. Detección, diagnóstico previo y tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles en adultos mexicanos. Ensanut 2022. Salud Publica Mex. 2023;65(supl 1):S153-S162. https://doi.org/10.21149/14726
10. Basto-Abreu A, López-Olmedo N, Rojas-Martínez R, Aguilar-Salinas CA, De la Cruz-Góngora V, Rivera-Dommarco J, et al. Prevalence of diabetes and glycemic control in Mexico: national results from 2018 and 2020. Salud Publica Mex. 2021;63:725-733. https://doi.org/10.21149/12842
11. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Estadísticas de defunciones registradas (EDR) 2024. Comunicado de prensa. 2025. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/edr/EDR2024-def_CP.pdf
12. Secretaría de Salud. Norma Oficial Mexicana NOM-015-SSA2-2010, Para la prevención, tratamiento y control de la diabetes mellitus. Diario Oficial de la Federación, 23 de noviembre de 2010. Disponible en: https://dof.gob.mx/normasOficiales/4215/salud/salud.htm