



Diabetes

PUERTO RICO, 2023



¿Qué es la diabetes?

Es una enfermedad crónica, entiéndase de larga duración, que afecta la manera en que se convierten en energía los alimentos que ingerimos.(1)

MAGNITUD MUNDIAL



En el **2021**, aproximadamente **529 millones** de personas en el mundo vivían con diabetes. Se estima que para el **2050** alrededor de **1.3 billones** de adultos tendrán diabetes.(2) No obstante, adoptar un buen estilo de vida puede disminuir la probabilidad de desarrollar diabetes, en especial el tipo 2, o mejorar la calidad de vida en general.(3)



MAGNITUD ESTADOS UNIDOS Y PUERTO RICO

En el **2023**, la mediana de la prevalencia de diabetes para los adultos de 18 años o más en los Estados Unidos (EE.UU.) fue de **11.5%**.(4) Además, la prevalencia en Puerto Rico (PR) para esta enfermedad, en este mismo grupo de edad, fue **19.7%** (≈533,757). En otras palabras, alrededor de **2 de cada 10** adultos tenían diabetes en PR.



MORTALIDAD



Para el 2022, la diabetes fue la décima causa de muerte a nivel mundial, con una tasa de mortalidad ajustada por edad de 19.6 por cada 100,000 habitantes.(5) En cuanto a Puerto Rico, la diabetes fue la **tercera causa de muerte** para el **2022**, representando el 8.7% (3,021) de las muertes ocurridas para ese año.(6)

≈533,757

adultos en Puerto Rico vivían con diabetes (2023).

2 DE 10

2 de cada 10 adultos en Puerto Rico vivían con diabetes (2023).

*Los datos representan la prevalencia cruda y no la distribución porcentual.

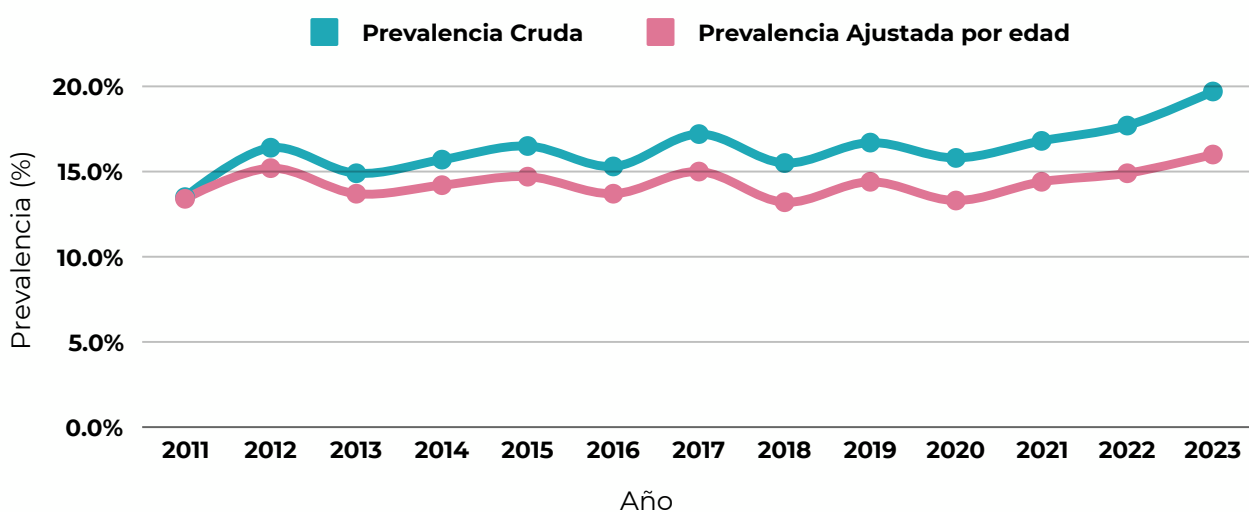


PREVALENCIA Y COSTO DE LA DIABETES

TENDENCIA EN PREVALENCIA

Durante el período de 2011 a 2019, la prevalencia de diabetes en Puerto Rico, tanto cruda como ajustada por edad, se mantuvo constante. Sin embargo, a partir del año 2020 se ha visualizado un **incremento gradual**.(4)

GRÁFICA 1. TENDENCIA EN LA PREVALENCIA DE DIABETES, PUERTO RICO, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, BRFSS, 2011-2023.*



COSTO

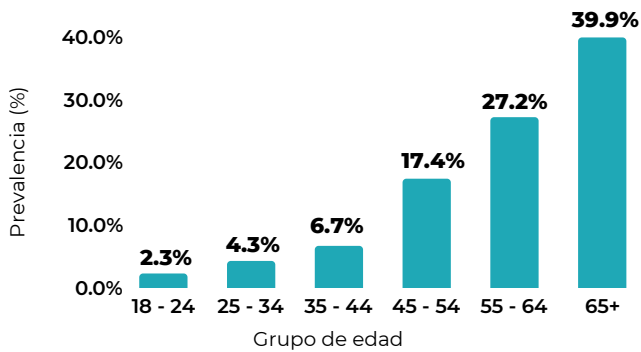
En los EE.UU., para el año 2022, la diabetes y sus complicaciones tuvieron un costo aproximado de **\$413 billones**, lo que incluye \$307 billones de costos directos y \$106 billones de costos indirectos. En promedio, los gastos médicos por cada persona con diabetes fueron de alrededor de \$19,736 y gran parte de estos, un aproximado de \$12,022, fueron debido a la enfermedad. Cabe resaltar que el gasto promedio de una persona con diabetes es 2.6 veces mayor que si no padeciera de esto. Entre los costos indirectos, \$32.4 billones corresponden a la reducción del empleo por discapacidad, \$35.8 billones por ausentismo y \$32.4 billones debido a la pérdida de productividad a causa de 338,526 muertes prematuras.(7)



*Los datos representan la prevalencia cruda y no la distribución porcentual.

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

GRÁFICA 2. PREVALENCIA DE DIABETES POR GRUPOS DE EDAD, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, PUERTO RICO, BRFS, 2023.*



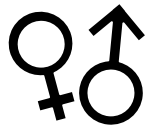
PREVALENCIA POR GRUPOS DE EDAD

Durante el año 2023, se observó que la prevalencia de diabetes aumenta a medida que incrementa la edad, siendo los **adultos de 65 años o más** el grupo de edad en el que la enfermedad aparentó ser más prevalente (39.9%; ver Gráfica 2).

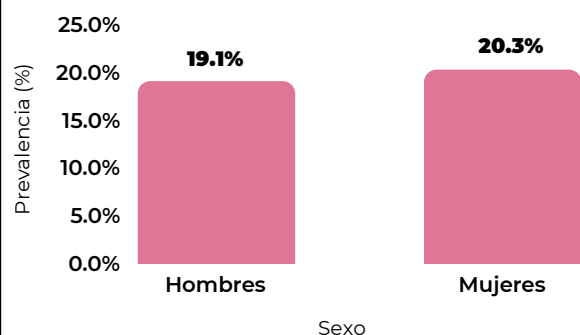


PREVALENCIA POR SEXO

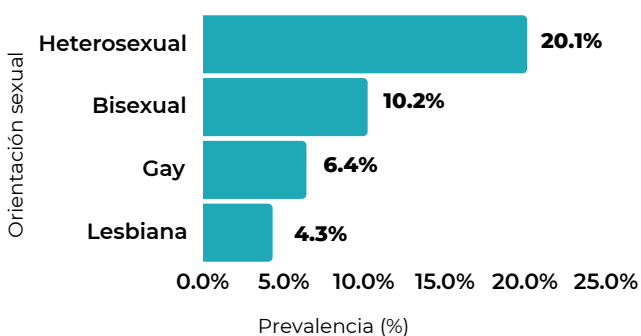
Durante el año 2023, se observó que las **mujeres** representan el sexo con la prevalencia de diabetes más alta, siendo esta **20.3%** (ver Gráfica 3).



GRÁFICA 3. PREVALENCIA DE DIABETES POR SEXO, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, PUERTO RICO, BRFS, 2023.*



GRÁFICA 4. PREVALENCIA DE DIABETES POR ORIENTACIÓN SEXUAL, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, PUERTO RICO, BRFS, 2023.*



PREVALENCIA POR ORIENTACIÓN SEXUAL

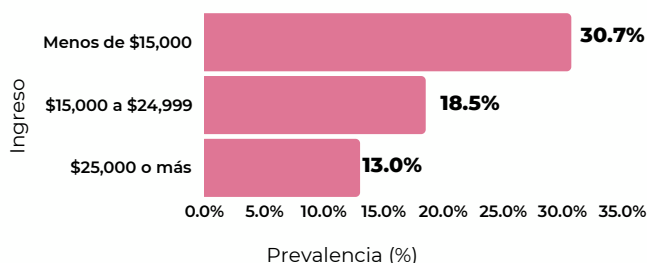
Durante el año 2023, se observó que la prevalencia de diabetes parecía ser más alta para las personas que se identificaron como **heterosexuales**, representando un 20.1% (ver Gráfica 4).



*Los datos representan la prevalencia cruda y no la distribución porcentual.

CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

GRÁFICA 5. PREVALENCIA DE DIABETES POR INGRESO, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, PUERTO RICO, BRFS, 2023.*



PREVALENCIA POR INGRESO

Durante el año 2023, se observó que la prevalencia de diabetes pareció ser mayor para las personas con un **ingreso anual menor de \$15,000**, representando un 30.7%. También, se visualizó una tendencia de disminución en la prevalencia a medida que aumenta el ingreso anual (ver Gráfica 5).

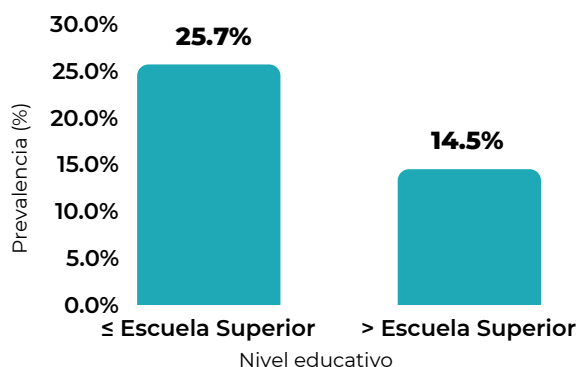


PREVALENCIA POR EDUCACIÓN

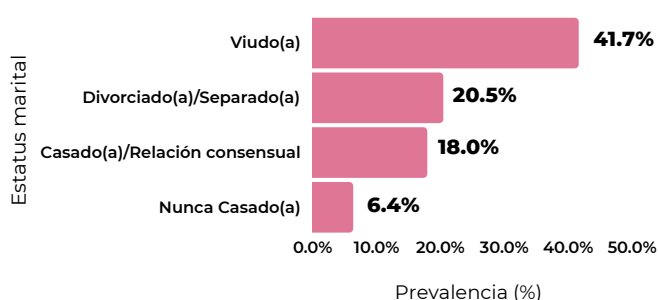
Durante el año 2023, se observó que las personas con un **nivel educativo menor o igual a la escuela superior** representaban el grupo de mayor prevalencia de diabetes, siendo esta 25.7% (ver Gráfica 6).



GRÁFICA 6. PREVALENCIA DE DIABETES POR EDUCACIÓN, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, PUERTO RICO, BRFS, 2023.*



GRÁFICA 7. PREVALENCIA DE DIABETES POR ESTATUS MARITAL, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, PUERTO RICO, BRFS, 2023.*



PREVALENCIA POR ESTATUS MARITAL

Durante el año 2023, se observó que la prevalencia de diabetes pareció ser mayor para las personas que informaron ser **viudos(as)**, siendo esta 41.7% (ver Gráfica 7).



CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

GRÁFICA 8. PREVALENCIA CRUDA DE DIABETES POR ESTATUS LABORAL, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, PUERTO RICO, BRFS, 2023.*



PREVALENCIA POR ESTATUS LABORAL

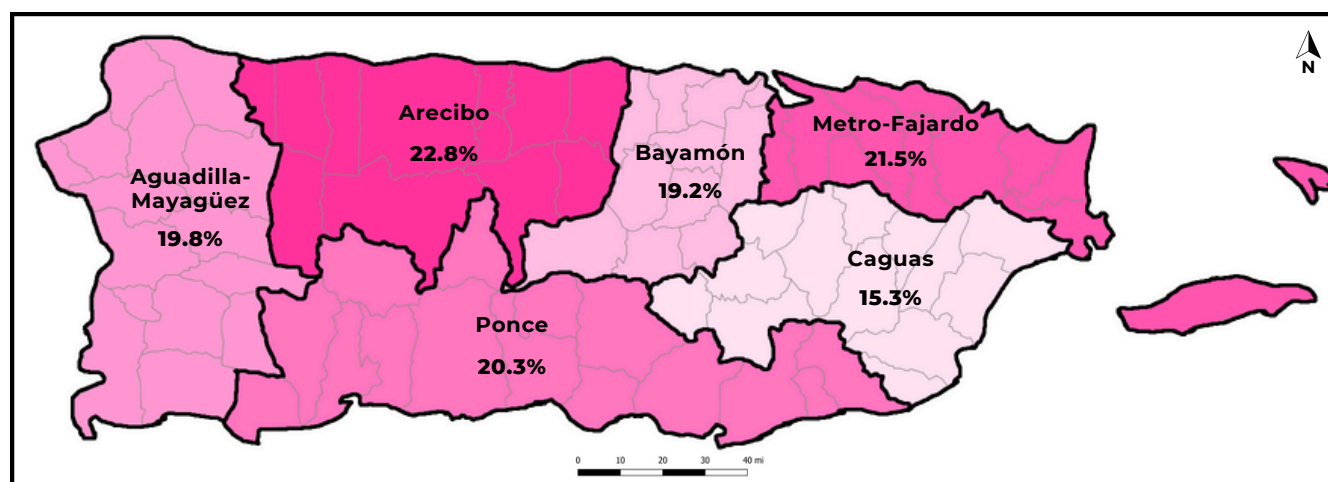
Durante el año 2023, se observó que la prevalencia de diabetes aparentó ser mayor para las personas que informaron su estado laboral como **retirados(as) o incapacitados(as)**, siendo esta un 41.0% (ver Gráfica 8).



REGIONES DE SALUD

Para el 2023, los residentes de las regiones de salud de **Arecibo (22.8%)**, Metro-Fajardo (21.5%) y Ponce (20.3%) representaron las prevalencias más altas de diabetes (ver Figura 1).

FIGURA 1. PREVALENCIA DE DIABETES POR REGIÓN DE SALUD, ADULTOS 18 AÑOS O MÁS, PUERTO RICO, BRFS, 2023.*



¡Tome el control de su diabetes!

DIABETES

TIPO 1 Y TIPO 2



¿Qué es la diabetes tipo 1?

Este tipo de diabetes afecta el proceso de producción **de insulina en el páncreas**, haciendo que este produzca ninguna o poca. La insulina ayuda a que el azúcar entre a las células del organismo para ser utilizadas como energía. De no haber insulina, el azúcar en la sangre no podrá entrar a las células y terminará acumulándose en la sangre.(8)

¿Qué es la diabetes tipo 2?

Este tipo de diabetes crea una **resistencia a la insulina**, ya que las células no responden adecuadamente a esta. Por ello, el páncreas, con el tiempo, no podrá crear suficiente cantidad y el nivel de azúcar en la sangre terminará aumentando. Este tipo de diabetes es prevenible en la mayoría de los casos.(9)



¿Sabías que...?

Se estima que en Estados Unidos **1 de cada 5 adultos** con diabetes no sabe que tiene la enfermedad.(1)

1 de **8**



TIPO 1

personas con diabetes padecen del **tipo 1**, representando una prevalencia de 12.5% (2023).*

6 de **10**



TIPO 2

personas con diabetes padecen del **tipo 2**, representando una prevalencia de 64.5% (2023).*

DIABETES Y FACTORES DE RIESGO

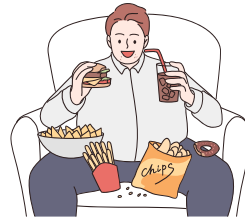
Las enfermedades crónicas son la **principal causa de morbilidad, incapacidad y mortalidad en los Estados Unidos**. La mayoría de las enfermedades crónicas están asociadas a factores de riesgos modificables, que incluyen:



Uso de tabaco



Consumo de alcohol en exceso



Mal nutrición



Inactividad física

Por ello, es de suma importancia que la población tenga conocimiento sobre estos y cómo pueden ser modificados para un estilo de vida más saludable. Cabe considerar que los determinantes sociales limitan las oportunidades para poder tomar decisiones de manera saludable y buscar atención médica de calidad.(10)

PREVALENCIA POR FACTORES DE RIESGO

Durante el año 2023*, se observó que los factores de riesgo que parecen tener la mayor prevalencia para las personas con diabetes fueron el **sobrepeso y obesidad** (72.3%), seguido por **inactividad física** (61.1%).



72.3%

Sobrepeso y obesidad[^]



61.1%

Inactividad física



5.7%

Uso de alcohol crónico[^]



7.1%

Uso de tabaco



1.5%

Uso excesivo de alcohol[^]

*Los datos representan la prevalencia cruda y no la distribución porcentual.

[^]Sobrepeso = 25.0 - 29.9 kg/m² y Obesidad = 30.0 kg/m² o más (4); Uso de alcohol crónico = "Heavy drinker" y Uso excesivo de alcohol = "Binge drinker".

DIABETES Y SALUD ORAL



¿Qué es la salud oral?

Estado en el cual la boca, los dientes y las estructuras orofaciales proporcionan a las personas la realización de funciones primordiales, como respirar, hablar y comer.(11)



¿Sabías que...?

Las personas con diabetes tienen mayor probabilidad de desarrollar enfermedad en las encías. Además, tener una enfermedad en las encías puede dificultar el control del nivel de azúcar (glucosa) en la sangre.(12)

1 de **10**
cada



personas con diabetes se le han **extraído todos los dientes** por caries o enfermedad en las encías (9.0%, 2023*).

6 de **10**
cada



personas con diabetes **visitaron un dentista** en el último año (63.2%, 2023*).

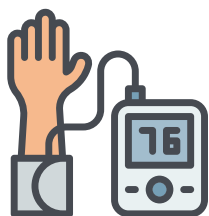
¡Recuerde visitar su dentista!

DIABETES Y COMORBILIDADES

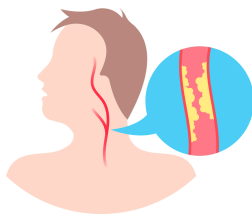


La comorbilidad es un término utilizado para describir la presencia de dos o más condiciones o enfermedades, que ocurren en la misma persona simultáneamente.(13,14) La coexistencia de dos o más condiciones crónicas o no transmisibles posee implicaciones en la seguridad del cuidado de la salud primaria del individuo.(14)

En el 2023*, las enfermedades crónicas de mayor prevalencia, coexistentes con la diabetes, fueron:



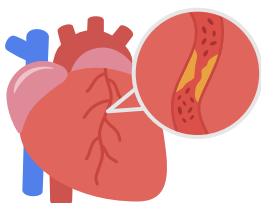
73.9%
Hipertensión



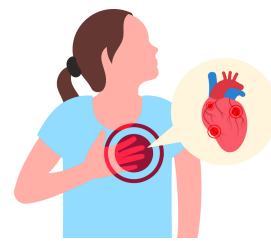
65.9%
Colesterol elevado



47.5%
Artritis



13.4%
Enfermedad coronaria



12.5%
Ataque al corazón



18.4%
Asma



11.6%
Enfermedad renal



24.6%
Depresión

DIABETES

ACCESO, MANEJO Y CONTROL

Es de suma importancia realizar un buen manejo y control de la diabetes para disminuir el riesgo de complicaciones relacionadas con esta enfermedad.(15)

En el 2023*, se encontró lo siguiente:



CHEQUEO DE RUTINA

93.7%

de las personas con diabetes se realizaron un **chequeo de rutina** en el último año.



ACCESO A SERVICIOS

8.3%

de las personas que viven con diabetes, en el pasado año, **necesitaron ir al médico pero no pudieron ir por el costo.**



USO DE INSULINA

35.4%

de las personas que viven con diabetes están **utilizando insulina.**



EXAMEN DE LA VISTA

49.7%

de las personas con diabetes se realizaron un **examen de la vista en el último año, en el que las pupilas se dilataron.**



HEMOGLOBINA GLUCOSILADA

33.1%

de las personas con diabetes se realizaron la prueba de hemoglobina **A1C o glucosilada al menos 4 veces** en el último año.



EDUCACIÓN EN MANEJO Y CONTROL

8.4%

de las personas con diabetes tomaron un **curso o clase** en el último año, sobre cómo **manejar o controlar su diabetes.**

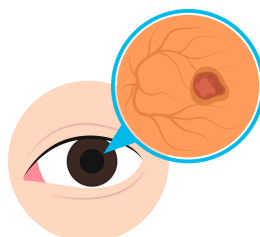


IMAGEN DEL OJO

32.0%

de las personas con diabetes se le realizó una **imagen de la parte posterior del ojo** en el último año.



PIES IRRITADOS

9.3%

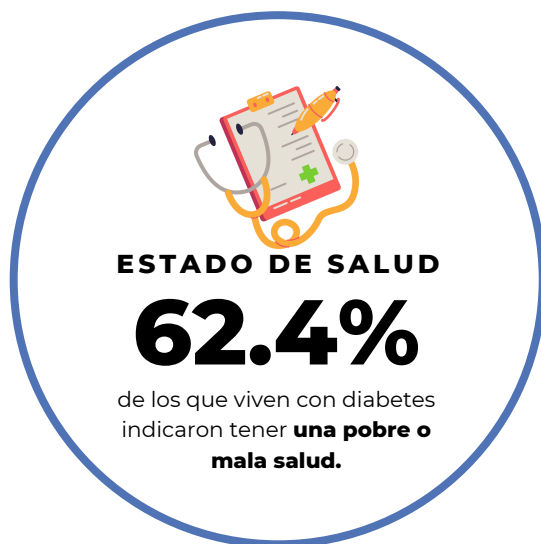
de las personas con diabetes informaron haber tenido **irritaciones en los pies**, que tardaron más de cuatro semanas en sanar.

DIABETES Y CALIDAD DE VIDA



La calidad de vida relacionada con la salud es la percepción de una persona o un grupo de personas, sobre su estado de salud mental y física a través del tiempo.(16) La salud de un individuo puede mejorar al identificar y abordar los factores de riesgos de enfermedades o condiciones crónicas y los determinantes sociales.(17)

En el 2023*, se encontró lo siguiente:



¡Invierta en su bienestar!

*Los datos representan la prevalencia cruda y no la distribución porcentual.

[^]Mes con mala salud = 14 días o más no saludables.

DIABETES Y DIFICULTADES



La diabetes puede afectar la forma de vivir. Por ejemplo, puede dificultar la manera de comer, mantenerse en forma, realizar las tareas laborales y las cotidianas.(18)

En el 2023*, se encontró lo siguiente:



CAMINATA O ESCALERAS

44.5%

de los que viven con diabetes indicaron tener **dificultad para caminar o subir escaleras.**



CONCENTRACIÓN O MEMORIA

20.3%

de los que viven con diabetes indicaron tener **dificultad para concentrarse o recordar.**



VISIÓN

29.9%

de los que viven con diabetes indicaron tener **dificultad para ver.**



AUDICIÓN

14.3%

de los que viven con diabetes indicaron tener **dificultad para escuchar.**



ASEO PERSONAL

15.8%

de los que viven con diabetes indicaron tener **dificultad para vestirse o bañarse.**



AUTOSUFICIENCIA

22.1%

de los que viven con diabetes indicaron tener **dificultad para realizar diligencias solos(as).**

¡No tema en solicitar ayuda!

UNIDAD PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA DIABETES

DESCRIPCIÓN

La Unidad de Prevención y Control de la Diabetes se enfoca en el desarrollo, implantación y evaluación de la prevención en salud pública y las estrategias de control para mejorar el acceso y la calidad de cuidado, dirigido a toda la población y a las comunidades que están más impactadas por la condición de diabetes.

METAS

- 1 Promover** la prevención primaria en personas en riesgo de desarrollar diabetes, así como la prevención secundaria y terciaria en aquellos que viven con la condición.
- 2 Reducir** la carga económica, social y emocional de la condición y sus complicaciones en las personas que viven con diabetes en Puerto Rico.
- 3 Adiestrar** a líderes en estrategias basadas en evidencia para el auto manejo de la diabetes y otras enfermedades crónicas.

SERVICIOS



Capacitaciones a profesionales de la salud y líderes comunitarios.



Desarrollo de materiales educativos y campañas de divulgación.



Diseminación de datos epidemiológicos de la diabetes en Puerto Rico.



Establecer alianzas y acuerdos colaborativos para el cumplimiento de las metas de la Unidad.



Proveer asistencia técnica para la implementación de programas de educación en diabetes.

INFORMACIÓN DE CONTACTO

UNIDAD DE PREVENCIÓN Y CONTROL DE DIABETES



Leonardo Pérez Rivera

Gerente

leopez@salud.pr.gov

Luis J. Ortiz Leandry

Educador en Salud Pública

luis.ortiz2@salud.pr.gov

Cinthia Santiago Díaz

Especialista en Nutrición y Dietética

cinthiasantiago@salud.pr.gov



787-765-2929, exts. 4127, 4430, 4120



salud.pr.gov/diabetes

UNIDAD DE SALUD PÚBLICA



Fernando J. Mercado Ortiz

Gerente

Kaitleen Rodríguez Corretjer

Manejadora de Datos

Andrés M. Morales Mercado

Bioestadístico

Dayanara Martínez Rosado

Analista en Sistemas de Evaluación



vigilancia.cronicas@salud.pr.gov



787-765-2929, exts. 4105, 4118, 4151, 4153

Cita sugerida: Rodríguez-Corretjer, K., Morales-Mercado, A. M., & Mercado-Ortiz, F. J. (2024). *Diabetes Puerto Rico, 2023*. Unidad de Salud Pública. Sección de Prevención y Control de Condiciones Crónicas. Secretaría Auxiliar de Servicios para la Salud Integral (SASSI), Departamento de Salud de Puerto Rico.

FUENTES DE INFORMACIÓN



1. Centers for Disease Control and Prevention. Diabetes basics [Internet]. 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/diabetes/about/index.html>
2. GBD 2021 Diabetes Collaborators. Global, regional, and national burden of diabetes from 1990 to 2021, with projections of prevalence to 2050: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. Lancet [internet]. 2023 Jul [consultado 16 de octubre de 2024]; 402(10397):203-234. Disponible en: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)01301-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)01301-6)
3. Centers for Disease Control and Prevention. Preventing type 2 diabetes with the lifestyle change program [Internet]. 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/diabetes-prevention/lifestyle-change-program/index.html>
4. Centers for Disease Control and Prevention. BRFSS trends and prevalence [Internet]. 2023 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/brfss/brfssprevalence/>
5. Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). Global burden of disease 2021: Findings from the GBD 2021 study [Internet]. Seattle (WA); 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: https://www.healthdata.org/sites/default/files/2024-05/GBD_2021_Booklet_FINAL_2024.05.16.pdf
6. Marzán M, Suárez E, De la Torre T. Perfil epidemiológico de la mortalidad en Puerto Rico: Años 2015-2022 [Internet]. Puerto Rico: Departamento de Salud; 2023 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: [https://www.salud.pr.gov/CMS/DOWNLOAD/7323#:~:text=En%20el%20a%C3%B1o%202022%20ocurrieron,todas%20las%20causas%20de%20muertes.&text=de%2059%25%20\(ER85%2B%3A%201.59\),%20\(p%3C0.05\)](https://www.salud.pr.gov/CMS/DOWNLOAD/7323#:~:text=En%20el%20a%C3%B1o%202022%20ocurrieron,todas%20las%20causas%20de%20muertes.&text=de%2059%25%20(ER85%2B%3A%201.59),%20(p%3C0.05))
7. Parker ED, Lin J, Mahoney T, Ume N, Yang G, Gabbay RA, et al. Economic Costs of Diabetes in the U.S. in 2022. Diabetes Care [Internet]. 2023 Nov [consultado 16 de octubre de 2024]; 47(1):26-43. Disponible en: <https://doi.org/10.2337/dci23-0085>
8. Centers for Disease Control and Prevention. About type 1 diabetes [Internet]. 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/diabetes/about/about-type-1-diabetes.html>
9. Centers for Disease Control and Prevention. About type 2 diabetes [Internet]. 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/diabetes/about/about-type-2-diabetes.html>
10. Centers for Disease Control and Prevention. About chronic diseases [Internet]. 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/chronic-disease/about/index.html>
11. World Health Organization. Oral health [Internet]. [fecha desconocida] [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: https://www.who.int/health-topics/oral-health#tab=tab_1
12. National Institute of Dental and Craniofacial Research. Diabetes & oral health [Internet]. 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.nidcr.nih.gov/health-info/diabetes>
13. Instituto Nacional del Cáncer. Comorbilidad [Internet]. [fecha desconocida] [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/comorbilidad>
14. World Health Organization. Multimorbidity [Internet]. Geneva; 2016 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/252275/9789241511650-eng.pdf>
15. Centers for Disease Control and Prevention. Health and economic benefits of diabetes interventions [Internet]. 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/nccdphp/priorities/diabetes-interventions.html#:~:text=Keeping%20diabetes%20under%20control%20through,and%20nerve%20disease%20by%2040%25>
16. Centers for Disease Control and Prevention. Health-related quality of life (HRQOL) [Internet]. 2022 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: https://archive.cdc.gov/www_cdc_gov/hrqol/index.htm
17. Centers for Disease Control and Prevention. Health status [Internet]. 2024 [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/cdi/indicator-definitions/health-status.html>
18. John Hopkins University. Diabetes and your lifestyle [Internet]. [fecha desconocida] [consultado 16 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://www.hopkinsmedicine.org/-/media/general-internal-medicine/documents/faculty-resource/diabetes-and-your-lifestyle.pdf>

Diabetes y el bienestar



**DÍA MUNDIAL DE LA
DIABETES**

14 DE NOVIEMBRE