



En México, la más reciente actualización a la Norma Oficial Mexicana (NOM) sobre diabetes califica a la enfermedad como una epidemia que se ha convertido en la principal causa de defunciones por año. Sin embargo, en la misma se establecen recomendaciones básicas obligatorias para la atención de esta enfermedad, las cuales conoce poca gente y, a decir de los expertos, se aconseja conocerlas y acercarse a los profesionales de la salud para entenderlas.

La NOM-015-SSA2-2010 regula prevención, tratamiento y control de la diabetes; data de 1994 y su más reciente actualización se publicó a finales de 2010, por parte de la Secretaría de Salud. La Norma considera tres plataformas de acción: la prevención primaria para evitar desarrollar el padecimiento; la atención a personas con diabetes para evitar el agravamiento de la enfermedad y, por último, el control a pacientes que presentan complicaciones.

“Es importante que la población conozca la Norma, porque cuando menos tiene los referentes de lo que deberían hacer los médicos; el conocimiento es poder”, advierte el doctor Arturo Jiménez Cruz, líder del cuerpo académico de Nutrición de la Universidad Autónoma de Baja California Sur.

En nuestro país, Jiménez Cruz ha dirigido estudios que han demostrado que la mayoría de los médicos del sector salud no cumplen con la NOM. “A partir de conocer las normas, el paciente puede exigir a su doctor una serie de procedimientos que, aún con limitaciones, son mejores que lo que muchos médicos aplican en la práctica diaria.

“Es el referente más serio que un paciente puede tener de la información disponible sobre la enfermedad. El problema es que se trata de una Norma muy compleja, porque está dirigida, al mismo tiempo, tanto a médicos como a la población en general, por lo que el lenguaje no es tan claro como debería ser”, dice el doctor Jiménez Cruz.

A su vez, el doctor Mauricio Moraira Beltrán, gerente Académico de la Federación Mexicana de

Diabetes, advierte que la NOM no va a la par del desarrollo tecnológico y terapéutico. Ambos especialistas coinciden en que se trata de una Norma cuya principal flaqueza es que no se renueva con regularidad, cuando en otros países son ordenamientos que se revisan y actualizan anualmente, mientras que en México ese proceso tarda cuatro años, en promedio.

En 2011, por ejemplo, la Asociación Americana de Diabetes propuso que la prueba de hemoglobina glucosilada sea un elemento de diagnóstico; sin embargo, la NOM solamente la considera como parte del control de la enfermedad. Otra deficiencia de la normativa mexicana es que incluye una guía alimentaria que carece de evidencia científica y de evaluación suficiente para garantizar que implica una alimentación saludable.

Sin embargo, Moraira Beltrán admite que la guía fue diseñada específicamente para los mexicanos e incluye medicamentos accesibles para la población de escasos recursos. “Está basada en estudios y en información de la vida diaria en México —dice el especialista—. Son recomendaciones hechas por médicos que atienden a mexicanos. No me podría fiar de igual manera de una guía de Estados Unidos o Europa, porque las condiciones de vida de esas poblaciones son diferentes”.

Dado que la NOM utiliza lenguaje técnico-médico, Moraira insiste en que la mejor manera de conocerla es a través de un educador de diabetes, para poder acceder a los beneficios que esta guía puede ofrecer a las personas con la enfermedad y a sus familiares.

En el caso del tratamiento y el control de la diabetes, por ejemplo, esta guía destaca las ventajas del auto-monitoreo de la glucemia como un componente efectivo en la terapia, pues establece que los niveles óptimos de autocontrol deben ser menores a 140 mg/dl, dos horas después de comer. “Es importante que los pacientes sepan esto y que a través de la medición de su azúcar sepan si están alcanzando las metas que recomienda la Norma”, comenta Moraira.

Es un documento que hace sugerencias específicas sobre las previsiones que las personas con diabetes deben considerar al hacer actividad física, como medir la glucosa antes de hacer ejercicio o tener una bebida azucarada disponible. Además contiene una guía endocrinológica calificada entre las mejores para la atención de la enfermedad. **Delia Angélica Ortiz**