

# Implicações Políticas do Crescimento da epidemia de diabetes no México

## Policy Implications for the Growing Diabetes Epidemic in Mexico

Jenette Smith<sup>1</sup>, Miguel A. Perez<sup>2</sup>

---

### Como citar:

Smith J, Perez MA. Implicações Políticas do Crescimento da epidemia de diabetes no México. REVISA. 2019; 8(2): 206-14. Doi: <https://doi.org/10.36239/revisa.v8.n2.p206a214>

---



1. Clarkson College. Omaha, Nebraska, Estados Unidos

2. Califórnia State University. Fresno, Califórnia, Estados Unidos.

Recebido: 3/04/2018  
Aprovado: 15/06/2018

### RESUMO

O aumento nas taxas de diabetes no México levaram as autoridades mexicanas a declarar estado de emergência. Estima-se que em 2017 aproximadamente 13 milhões ou 10% das pessoas no México tenham diabetes mellitus, sendo a diabetes tipo II a causa líder de morte e incapacidade associadas no referido país. Na verdade, se as taxas continuarem a aumentar dessa forma, um efeito adverso na redução da expectativa de vida do país é esperado. O objetivo desse artigo é discutir a necessidade de expandir as políticas de saúde em relação à alimentação e consumo de calorias inúteis para combater a epidemia de diabetes no México, bem como discutir a importância do exercício, promoção de saúde e educação em saúde em relação a doenças não comunicáveis, detecção de diabetes e cobertura de serviços de saúde.

**Descritores:** México; Políticas de Saúde; Diabetes; Nutrição.

### ABSTRACT

Increasing rates of diabetes in Mexico have led health authorities to declare a state of emergency. It is estimated that in 2017 some 13 million, or 10% of people in Mexico have diabetes mellitus, with Type 2 diabetes being the leading cause of death and disability combined in that country. In fact, if rates continue to increase unabated, it is expected to have an adverse impact on the life expectancy of the country. The aim of this paper is to discuss the necessity of expanding health care policy regarding nutrition and the consumption of empty calories to combat the diabetes epidemic in Mexico as well as discussing the importance of exercise, health promotion and health education regarding non-communicable diseases, diabetes detection, and health coverage.

**Descriptors:** Mexico; Health care policy; Diabetes; Nutrition

REFLEXÃO  
TEÓRICA

## Introdução

As doenças crônicas têm substituído as afecções contagiosas, constando como líderes dentre os indicadores de morbidade e mortalidade mundialmente.<sup>1</sup>

Ao discutir a mudança da natureza da doença, na qual, 30 anos atrás, a principal causa de mortes eram as doenças contagiosas, refere-se que “Agora as principais causas de mortalidade são as doenças não transmissíveis, tais como as doenças cardíacas, infarto e diabetes, mas o sistema de saúde não se transformou em um sistema proativo que estimula as pessoas a buscarem regularmente por avaliações médicas”.<sup>1,28</sup>

De acordo com a organização mundial de saúde (WHO), as taxas globais de diabetes mellitus – uma doença em que o corpo não produz ou não consegue utilizar efetivamente a insulina- quadruplicaram desde 1980.<sup>2-4</sup> Na verdade, dados da OMS indicaram que as taxas de diabetes aumentaram a níveis epidêmicos nas últimas duas décadas com aproximadamente 422 milhões de casos no mundo todo e 1,6 milhões de mortes diretamente atribuídas a diabetes. De acordo com a OMS< esse aumento esta relacionados ao sedentarismo, hábitos nutricionais inadequados, falta de tempo para lazer a atividades físicas e tabagismo.<sup>4</sup>

O aumento das taxas de diabetes mellitus impacta não somente na saúde dos indivíduos mas também tem uma relação direta com as questões econômicas, incluindo maior número de anos de vida perdidos, reduzida produtividade e eficiência no trabalho. Adicionalmente ao impacto econômico, maiores índices de diabetes mellitus resultam in maiores taxas de hospitalização devido a doença em si ou a outras co-morbidades (insuficiência renal, doença cardiovascular, hipertensão) e maior tempo e custo de internação.<sup>4</sup>

Não se admira que os índices de diabetes pareçam ter um impacto maior em países de baixa e media renda, os quais são mais comumente definidos como carentes, possuem menos recursos dedicados a programas de educação e prevenção e, de uma maneira geral, menos recursos para suprir as disparidade em saúde. Estima-se que 79% das pessoas com diabetes vivam em países de baixa e média renda.<sup>5</sup>

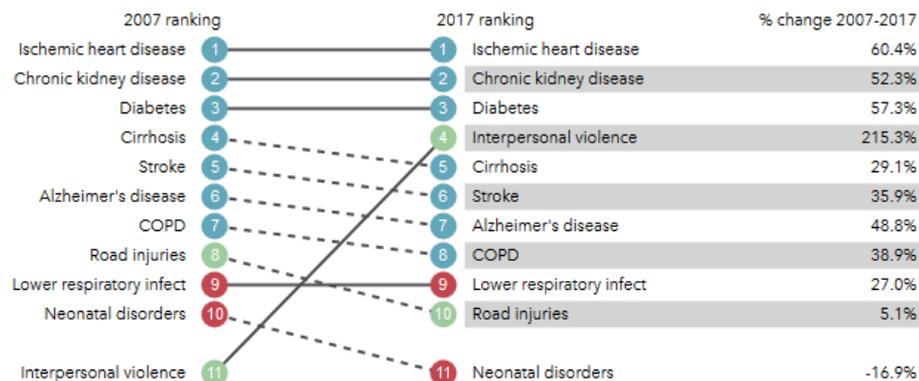
O aumento das taxas de diabetes é ainda mais complexo pela falta de programas compreensivos de acompanhamento em alguns desses países: “ Há uma grande escassez de dados epidemiológicos prospectivos em países de baixa e média renda e um limitado número de estudos de intervenção nesses contextos, sendo preciso compreender a biológica através das populações que são mais atingidas”.<sup>6,27</sup>

O México em 2017, com 123 milhões de habitantes, foi classificado como o 11º no mundo em termos de população.<sup>7-8</sup> A expectativa de vida no México foi de 77 anos, em 2016, com as mulheres(79 anos) tendo uma expectativa superior a dos homens (74 anos).<sup>8-9</sup> Os gastos com saúde contabilizaram 6,3% do Produto Interno Bruto (PIB), colocando o México na centésima colocação mundialmente.<sup>10</sup>

Dados do Instituto de Métricas e Avaliação em Saúde(IMAS) sugerem que as afecções crônicas, as doenças cardíacas, a violência interpessoal e o diabetes estão entre as causas líderes de morte no país.<sup>11,29</sup>

**Figura 1-Causas líderes de morte no México.**

**What causes the most deaths?**



Top 10 causes of death in 2017 and percent change, 2007-2017, all ages, number  
 Fonte: Instituto de Métricas e Avaliação em Saúde(IMAS).

A prevalência de diabetes em adultos no México em 2017 foi de 14,8%, com um total de casos na população de 12,030,100.<sup>12</sup> Os dados mostraram que, em 2017, a diabetes estava entre as causas líderes de mortalidade e incapacidades combinados no México com 80,000 vidas perdidas a cada ano.<sup>1</sup> Do mesmo modo, dados da IMAS indicaram que, em 2017, as doenças cardíacas isquêmicas, doenças renais crônicas e diabetes foram as 3 principais causas de morte e a diabetes foi listada como a quarta cause de mortes prematuras no país.<sup>11</sup>

O aumento nos índices de diabetes levou o país a declarar emergência nacional para a atual epidemia dado que se espera que esse problema de saúde torne-se ainda prior nas próximas décadas.<sup>1,13</sup>

**Aumento da Prevalência de Diabetes Relacionado ao Estilo de Vida**

Dado que os principais determinantes comportamentais e biológicos da diabetes são as diabetes com açúcares e gorduras processadas, não realização de exercícios físicos, sobrepeso e obesidade.<sup>14</sup> Infelizmente, os dados mostram que o México sofre com cada uma dessas condições.

Uma vez que a Diabetes Tipo 2 é mais frequentemente relacionada ao estilo de vida, ela é mais provavelmente de se desenvolver em pessoas com excesso de peso.<sup>13</sup> Os mexicanos está entre os mais pesados do mundo, com quase 65% da população apresentando sobrepeso ou obesidade.<sup>4,15</sup>

Pesquisadores concluíram que “o México tem visto um rápido aumento na obesidade, tendo o número pessoas com sobrepeso e obesidade triplicado ao longo das últimas quatro décadas”.<sup>13</sup>

Há uma associação entre o aumento da prevalência do diabetes tipo 2 e vários fatores de estilo de vida, incluindo insuficiência de atividade física, altos níveis de urbanização, obesidade, envelhecimento populacional, e aumento do consumo de alimentos não saudáveis.<sup>5,16</sup> Muitos países subsidiam alimentos inadequados, tais como grãos e produtos altamente processados e, enquanto se recomenda o consumo de 5 porções de frutas e verduras por dia, o suprimento global desses alimentos atualmente é incapaz de suprir essa necessidade.<sup>27</sup>

No México, mudanças resultaram do acordo de livre comércio com os Estados Unidos e Canadá e concluíram que “Subitamente, o México tornou-se uma descarga livre de tarifas para refrigerantes e *junk food* importados dos Estados Unidos”, o que afetou o estado de saúde dos mexicanos.<sup>17</sup> De acordo com dados existentes, o México está entre os líderes mundial de consumo de refrigerante com consumo per capita de mais de 100 litros por pessoa.<sup>18</sup>

Exercícios e alimentação saudável são componentes críticos para a melhoria do autocuidado e também para o manejo da diabetes. Uma alimentação equilibrada e a prática de atividade física são as chaves para o gerenciamento da doença.<sup>19</sup> Pessoas que realizam atividades físicas moderadas (150 minutos por semana) possuem 26% menos risco de desenvolver diabetes tipo 2 do que aquelas considerada inativas. Além disso, pessoas com nível de atividade física alta possuem ainda menor risco de desenvolver diabetes tipo 2.

A associação americana de diabetes lista os seguintes benefícios da atividade física:

- Ajuda a reduzir o nível de glicose no sangue, a pressão arterial, colesterol HDL e triglicérides
- Reduz o risco de pré- diabetes, diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e infarto.
- Alivia o estresse
- Fortalece coração, músculos e ossos.
- Melhora a circulação sanguínea e tonifica os músculos.
- Mantém o seu corpo e articulações flexíveis.

*Fonte: Associação Americana de Diabetes.<sup>20</sup>*

Os dados mostram que o México está atualmente vivendo uma epidemia resultante do aumento das taxas de diabetes na sua população. Tais dados também demonstram que as mudanças globais, os fatores de estilo de vida e as políticas contribuem para os efeitos adversos resultados do aumento dos índices de diabetes. O objetivo desse artigo é discutir a necessidade de expandir as políticas de saúde em relação à alimentação e consumo de alimentos não calóricos para combater a epidemia de diabetes no México; bem como discutir a importância do exercício, promoção de saúde e educação em saúde em relação a doenças não transmissíveis, detecção da diabetes e cobertura de saúde.

### **Enfrentamento da Diabetes no México**

Discutido o ônus trazido pela diabetes, destaca-se que a diabetes é “causa líder de anos de vida perdidos no México: o aumento da mortalidade

entre 1990 e 2010 foi de 82%. A Diabetes tem se tornado o principal problema de saúde no México.<sup>21</sup> A fardo financeiro da doença continuará a crescer devido ao início precoce, resultando em perda de produtividade e aumento na utilização dos serviço e saúde. Autores discutem o peso das doenças crônicas no México, trazendo que: “De uma perspectiva governamental, desenvolver intervenções para tratar os altos cursos associação a esses condições tem sido prioridade nos últimos anos”.

Atualmente, o governo mexicano está implementando iniciativas para diminuir o impacto negativo das taxas crescentes de diabetes no país. A estratégia nacional do México para Prevenção e Controle do Sobrepeso, Obesidade e Diabetes concentrou seus esforços para enfrentar a epidemia de diabetes e obesidade em três áreas primárias: saúde pública, incluindo vigilância epidemiológica, promoção de saúde e prevenção; atenção em saúde, incluindo acesso efetivo e de qualidade; e políticas fiscais e de regulação, incluindo medidas de rotulagem, propaganda e fiscais.<sup>22</sup>

Outras iniciativas incluem as proposições da Organização para o desenvolvimento e cooperação econômica(ODCE).<sup>23</sup> As quatro áreas políticas gerais propostas para o enfrentamento da epidemia de obesidade no México e suas co-morbidades associadas são descritas na Tabela 1.<sup>23</sup> Esses recomendações políticas são baseadas em extensa análise da literatura que não somente documenta seus efeitos negativos à saúde, como também os benefícios do estilo de vida saudável.

**Tabela 1** – Recomendações da ODCE

Recomendações da ODCE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ajudar os consumidores a fazeres escolhas conscientes por meio da rotulagem dos alimentos de forma compulsória (utilizando orientações na parte frontal dos produtos).</li> <li>• Dar suporte a páginas web e programas escolares de promoção de saúde focados em diferentes grupos etários e determinantes de obesidade.</li> <li>• Encorajar o aconselhamento intensivo de indivíduos com alto risco nos serviços de atencao basica.</li> <li>• Promover alternativas ativas de locomoção, como andar a pé, de bicicleta e usar transporte público a fim de aumentar a atividade física.</li> </ul>

Fonte: ODCE, 2016

O Acordo Nacional de Nutrição Saudável (ANNS) em 2010 levou a iniciativas de regulação de aumentos não saudáveis e banuiu o refrigerante nas escolas, em adição a implementação do sistema de rotulagem dos produtos alimentícios na parte frontal.<sup>24</sup> Um dos desafios da ANNS tem sido “ A falta de equilíbrio entre os interesses industriais e os objetivos da saúde pública e a efetiva responsabilização e mecanismos de monitoramento para avaliar a implementação das medidas através dos setores governamentais.<sup>24</sup>

Enquanto os impostos sobre os alimentos processados e bebidas adoçadas, bem como sobre a regulação de propagandas de alimentos à crianças, têm aumentado, os refrigerantes apresentam o mesmo preço ou preço menor do que uma garrafa de água.<sup>17,23</sup> Destaca-se que a Estratégia Nacional de Prevenção e

Controle do Sobrepeso, Obesidade e Diabetes de 2013 têm sido “enfrentar a epidemia em três frentes: saúde pública, atenção em saúde e políticas regulatórias e fiscais”.<sup>1</sup> A Subsecretaria Mexicana de Prevenção e Promoção de saúde salienta que “rastrear o avanço da diabetes segundo as metas da estratégia nacional é essencial para a melhoria da qualidade do cuidado às pessoas com doenças crônicas.<sup>1</sup>

### **A necessidade de expandir a base política**

Vários estudos tem associado os aspectos socioeconômicos e aos baixos níveis de atividade física, hábitos alimentares inadequados e falta de acesso aos serviços de saúde. Essas investigações têm mostrado que populações de baixa renda tendem a ser mais atingidas por esses fatores. Serviços nacionais de saúde do México têm reconhecido a necessidade de controle da epidemia de diabetes no país e as iniciativas descritas acima tem presente algum impacto no enfrentamento dos impactos negativos da diabetes à população mexicana. Infelizmente, esforços atuais não tem sido suficientes e requerem uma realocação de ênfase e recursos para atingir o objetivo de reduzir as taxas de diabetes no país. As seguintes recomendações políticas são apresentadas aos agentes e profissionais de saúde pública a fim de controlar a emergência nacionais trazidas pela diabetes.

#### **Tabela 2- Recomendações Políticas**

<b>Ajudar os consumidores a tomarem decisões conscientes através de uma melhor rotulagem dos alimentos .</b>
--

A educação atual a respeito da leitura e compreensão dos rótulos de alimentos é necessária. Isso deveria ser incluído na educação em saúde na escola em idade adequada, nos programas de promoção de saúde no ambiente de trabalho, através da promoção de saúde na comunidade e programas de educação em saúde. Recomendações similares estão sendo implementadas em outros países com bons resultados.<sup>25-26</sup>

<b>Aumentar os rótulos pretos com informações nutricionais sobre os produtos.</b>
---

O Chile se tornou um pioneiro ao incluir esse tipo de informação educacional nas embalagens de alimentos com resultados já promissores.

<b>Focalizar o nível de instrução em saúde</b>
--

A educação em saúde relacionada às informações nutricionais é inútil se os consumidores não conseguirem compreender as informações apresentadas. Aumentar o grau de instrução em saúde para garantir que os consumidores entendam realmente as informações da embalagem e aquelas presentes nos rótulos de dados nutricionais e alimentícios é imperativo.

<b>Investir mais na detecção precoce da diabetes, check-ups anuais e aconselhamento.</b>
--

A detecção adequada da diabetes é crítica uma vez que muitos pacientes são diagnosticados quando a doença já se apresenta em estágios avançados.<sup>1</sup> Também é importante o aconselhamento de indivíduos de risco na atenção primária em saúde.<sup>23</sup>

<b>Aumentar as oportunidades de atividades físicas e momentos de lazer</b>
--

---

Estimular o exercício físico na escola/trabalho diário proporcionando tempo adequado e acesso a exercícios físicos. Considera-se que as intervenções de estilo de vida com foco na atividade física e perda de peso através da dieta “continuam a ser padrão-ouro” para prevenção entre aqueles com risco de diabetes.<sup>27</sup> Enfrentar as questões envolvidas no crescimento da diabetes no países de baixa e média renda e naqueles de alta renda envolve proporcionar espaços seguros, convenientes e econômicos para atividade física; e disponibilizar tempo para o exercício físico e preparação da alimentação, sendo esses componentes necessários a promoção de saúde.<sup>14</sup> Permitir o uso das escolas como locais seguros à atividade física comunitária; promover atividades em escala comunitária como aquelas organizadas em Bogotá, Colômbia, aos Domingos; e oferecer aulas de exercício físico em parques como aquelas ofertadas em São Francisco, Califórnia são bons começos para a implementação dessa recomendação.

---

#### **Aumentar o número de escolas saudáveis**

Crianças em idade escolar dispensam uma parte significativa do seu tempo na escola. Escolas que combinam o aprendizado acadêmico com as questões de saúde tem promovido índices de graduação mais altos e melhor aprendizado. Os Centro de Controle e Prevenção de Doenças proporciona um modelo de escola saudável em: <https://www.cdc.gov/healthyschools/vhs/index.html#!/scene/1>

---

#### **Enfrentar os problemas de acessibilidade à água potável e alimentos saudáveis**

O Governo mexicano declarou a falta de água potável como um problema de segurança nacional.<sup>10</sup> Ademais, destaca-se que “o número de mexicanos vivendo na pobreza alimentar- a incapacidade de obter os itens alimentícios básicos – subiu de 18 milhões em 2008 para 20 milhões ao final de 2010”.<sup>17</sup>

---

## **Conclusão**

O México declarou situação de emergência nacional em relação a epidemia de diabetes. O aumento dos cases de diabetes trás ônus aos afetados, bem como aos serviços de saúde mexicanos. Afirma-se que o aumento no numero de casos de diabetes ameaça a estabilidade do sistema de saúde publica do medico.<sup>13</sup> A educação em saúde adequada, promoção de saúde e iniciativas complementares nas políticas de cuidados em saúde são necessárias para mitigar a crescente preocupação do sistema de saúde em relação a epidemia de diabetes no México. As iniciativas em saúde descritas acima apontam a necessidade de se proporcionar uma abordagem focada, compreensiva e integradas no âmbito dos serviços de saúde, promoção de saúde, educação em saúde e politica de saúde no México.

Ao discutir a necessidade de estudar a efetividade das atuais políticas vigentes e implementá-las<sup>27</sup>, destaca-se que “Nós não iremos vencer a guerra contra a diabetes sem mais pesquisas e melhores sistemas de dados nos países aonde muitas pessoas têm diabetes e naqueles em que a epidemia de diabetes está crescendo rapidamente.<sup>6</sup> Dado o aumento das taxas de diabetes no 11º mais populoso pais do mundo, essas recomendações são ainda mais importantes.

## Referências

1. Guthrie A, Fleck F. Quality of care is key to tackling Mexico's diabetes emergency. *Bulletin of the World Health Organization*. 2017; 95(6): 389-94.
2. World Health Organization. Diabetes. 2019a.
3. World Health Organization. The top 10 causes of death. 2019b.
4. World Health Organization. Global Report on Diabetes. 2016a.
5. International Diabetes Federation. 2017; IDF diabetes atlas - 8th edition.
6. World Health Organization. The mysteries of type 2 diabetes in developing countries. 2016b.
7. Instituto Nacional de Estadística y Demografía. Población. 2017.
8. World Bank. Mexico; 2018.
9. World Health Organization. Mexico; 2019c.
10. The World Factbook. Central Intelligence Agency. Mexico; 2018.
11. Institute for Health Metrics and Evaluation. (2018a). Mexico.
12. International Diabetes Federation. IDF North America and Caribbean members. Mexico; 2019.
13. Beaubien J. NPR Health. How diabetes got to be the no. 1 killer in Mexico. 2017.
14. Birn AE, Pillay Y, Holtz TH. Textbook of global health (4<sup>th</sup> ed.). New York, NY: Oxford University Press. 2017.
15. World Health Organization. Prevalence of overweight\* among adults, ages 18+, 1975-2016 (age standardized estimate): Both sexes, 2017.
16. Malik V, Popkin B, Bray G, Desprs JP, Hu F. Sugar-sweetened beverages, obesity, type 2 diabetes mellitus, and cardiovascular disease risk. *Circulation*. 2010; 121(11):1356-64.
17. Delano JW, Summers H. The trade deal that triggered a health crisis in Mexico - in pictures. *The Guardian*. 2018.
18. Popkin BM, Hawkes C. Sweetening of the global diet, particularly beverages: patterns, trends, and policy responses. *The Lancet*. 2016; 4(2): 174-86.
19. American Diabetes Association. Food and fitness. 2019.
20. American Diabetes Association. Physical activity. 2017a.
21. Gutierrez JP, Garcia-Saiso S, Aracena BM. Mexico's household health expenditure on diabetes and hypertension: What is the additional financial burden? *PLoS*. 2018; One, 13(7).
22. Mexican Observatory on Noncommunicable Diseases. National strategy. 2013.
23. Organization for Economic Co-operation and Development. Health policy in Mexico. 2016.
24. Barquera S, Campos I, Rivera JA. Mexico attempts to tackle obesity: The process, results, push backs and future challenges. *Obesity Reviews*. 2013; 14(2), 69-78.

25. American Heart Association. Understanding food nutrition labels. 2017.
26. U. S. Food and Drug Administration. How to understand and use the nutrition facts label. 2018.
27. Jaacks LM, Siegel KR, Gujral UP, Venkat NKM. Type 2 diabetes: A 21<sup>st</sup> century epidemic. *Best Practice & Research Clinical Endocrinology & Metabolism*. 2016; 30: 331-43.
28. González VC. Risk factors associated to diabetes in Mexican population and phenotype of the individual who will convert to diabetes. *Salud Pública de México*. 2014; 56(4): 317-22.
29. Institute for Health Metrics and Evaluation. Country profiles. 2018b.

**Correspondent Author:**

Miguel A. Perez  
California State University  
5241 N Maple Ave. Zip: 93740. Fresno, California,  
Estados Unidos.  
[mperez@mail.fresnostate.edu](mailto:mperez@mail.fresnostate.edu)