

Resumen de las generalidades principales del Proyecto de la norma oficial mexicana PROY-NOM-015-SSA2-2018, Para la prevención, detección, diagnóstico, tratamiento y control de la Diabetes Mellitus.

Summary of the main generalities of the Mexican official standard PROY-NOM-015-SSA2-2018

Buenaventura Ramírez Delgado ^a

Abstract:

Introduction

Diabetes mellitus is one of the most common and concerning diseases in Mexico. Every year, thousands of people are diagnosed, while many others live with the condition without knowing it. To address this issue, the Ministry of Health developed PROY-NOM-015-SSA2-2018, under unified criteria in the prevention, detection, diagnosis, and treatment of diabetes. Although primarily directed at healthcare personnel, it is also relevant for the general population, as its application has a direct impact on quality of life.

Main Objective

- The purpose of this regulation is to establish clear rules that allow for:
- Preventing diabetes through healthy lifestyle habits.
- Early detection of individuals at risk or living with undiagnosed diabetes.
- Timely and accurate diagnosis of diabetes cases.
- Adequate treatment and control of patients, reducing complications and improving quality of life.

Keywords:

Diabetes mellitus; Diabetes prevention; Early detection; Diabetes diagnosis; Treatment and management; PROY-NOM-015-SSA2-2018 regulation; Quality of life.

Resumen:

Introducción

La diabetes mellitus es una de las enfermedades más frecuentes y preocupantes en México. Cada año, miles de personas son diagnosticadas y muchas más viven con la enfermedad sin saberlo. Para atender esta problemática, la Secretaría de Salud desarrolló el PROY-NOM-015-SSA2-2018, una norma que establece lineamientos para que médicos, nutriólogos, enfermeras y demás profesionales trabajen bajo criterios unificados en la prevención, detección, diagnóstico y tratamiento de la diabetes. Aunque está dirigida al personal sanitario, también resulta relevante para la población, ya que su aplicación impacta directamente en la calidad de vida.

Objetivo principal

- El propósito de la norma es definir reglas claras que permitan:

^a Buenaventura Ramírez Delgado, UA EH | Prepa 5| Ixtlahuaco Hidalgo | México, <https://orcid.org/0009-0000-6136-3161>, Email:

buenaventura_ramirez@uaeh.edu.mx

Fecha de recepción: 29/09/2025, Fecha de aceptación: DD/MM/AAAA, Fecha de publicación: 05/11/2025

DOI: <https://doi.org/10.29057/ixtlahuaco.v7i23.16446>



- Prevenir la diabetes mediante hábitos de vida saludables.
- Detectar de manera temprana a personas en riesgo o con la enfermedad sin diagnosticar.
- Diagnosticar oportunamente y con precisión los casos de diabetes.
- Tratar y controlar adecuadamente a los pacientes, reduciendo complicaciones y mejorando su calidad de vida.

Palabras Clave:

Diabetes mellitus; Prevención de la diabetes; Detección temprana; Diagnóstico de diabetes; Tratamiento y control; Norma PROY-NOM-015-SSA2-2018; Calidad de vida

Introducción

¿Qué es la Diabetes Mellitus?

La diabetes mellitus es una enfermedad crónica en la que el organismo no produce suficiente insulina o no la utiliza de manera adecuada. La insulina es la hormona responsable de permitir que la glucosa (azúcar proveniente de los alimentos) ingrese a las células para transformarse en energía (Miranda Mariscal & Sánchez Suarez, 2025).

Cuando la insulina no funciona correctamente, la glucosa se acumula en la sangre y el cuerpo no obtiene la energía necesaria para realizar sus funciones cotidianas. En consecuencia, el organismo recurre a otras fuentes energéticas como lípidos y proteínas, lo que a largo plazo provoca complicaciones en órganos como los ojos, los riñones, el corazón y los nervios (Krouham Litcher & Krouham Litcher, 2025).

Los principales tipos de diabetes abordados por la norma son (Ramírez Rivera, 2023):

Diabetes tipo 1: ocurre cuando el páncreas deja de producir insulina.

Diabetes tipo 2: se presenta cuando el cuerpo no utiliza de manera adecuada la insulina (resistencia a la insulina). Este es el tipo más frecuente en México.

Prevención

La norma enfatiza la importancia de la prevención, ya que gran parte de los casos de diabetes tipo 2 se relacionan con malos hábitos de vida. Las principales recomendaciones son (Benites Infante, 2025):

Mantener un peso saludable con un índice de masa corporal (IMC) inferior a 29.9.

Realizar actividad física aeróbica diaria por al menos 30 minutos.

Adoptar una alimentación equilibrada, rica en frutas, verduras y cereales integrales, y baja en grasas y azúcares.

Evitar el consumo excesivo de azúcares simples y alimentos ultraprocesados.

Acudir a chequeos médicos regulares, especialmente en personas con antecedentes familiares de diabetes.

Detección y diagnóstico (Ocaña Sigüencia, 2023)

- La detección oportuna es fundamental para reducir complicaciones y mejorar el pronóstico de la enfermedad. La norma recomienda:
- Evaluar los niveles de glucosa en sangre en personas con factores de riesgo como obesidad, hipertensión o antecedentes familiares.
- Realizar pruebas de laboratorio como glucosa en ayuno y hemoglobina glucosilada (HbA1c).
- Identificar casos de prediabetes, una etapa intermedia en la que aún es posible revertir el proceso mediante cambios en el estilo de vida.

Tratamiento y control (Torres, 2024).

El tratamiento depende del tipo de diabetes:

- Diabetes tipo 1: requiere insulina de por vida, además de un plan alimenticio y actividad física.
- Diabetes tipo 2: se inicia con cambios en la alimentación, ejercicio y control de peso. Si no es suficiente, se usan medicamentos orales y, en algunos

casos,

insulina.

La norma subraya que el paciente debe estar en el centro del tratamiento, es decir, se busca que la persona con diabetes aprenda a cuidarse y tome decisiones responsables sobre su alimentación, actividad física y seguimiento médico. El nutriólogo juega un papel clave porque diseña planes de alimentación adaptados a cada persona, mientras que el equipo médico monitorea la evolución con análisis de laboratorio y revisiones periódicas.

Importancia social

La diabetes no solo afecta a la persona que la padece, sino también a su familia y a la sociedad en general. Los costos de atención médica, los días de incapacidad y la pérdida de calidad de vida son muy altos.

Por eso, la norma insiste en que la educación en salud es fundamental: tanto pacientes como familiares deben recibir información clara y práctica para convivir mejor con la enfermedad y evitar complicaciones.

Conclusión

El PROY-NOM-015-SSA2-2018 es un proyecto que busca unificar la manera en que se atiende la diabetes en México. Aunque todavía no entró en vigor oficialmente, resume los pasos que se deben seguir para prevenir, detectar, diagnosticar, tratar y controlar esta enfermedad. En pocas palabras, esta norma es una guía de acción que ayuda a que todos desde médicos hasta pacientes sepan qué hacer frente a la diabetes. Su importancia radica en que, si se aplica correctamente, puede mejorar la calidad de vida de millones de personas y reducir el impacto social y económico de la enfermedad en el país.

Referencias

- [1] Miranda Mariscal, A. D., & Sánchez Suarez, M. A. (2025). Influencia de la alimentación en pacientes con resistencia a la insulina del Centro de Salud "Enrique Ponce Luque" del cantón Babahoyo, octubre 2024-mayo 2025 (Bachelor's thesis, Babahoyo: UTB-FCS, 2025).
- [2] Krouham Litcher, A. O., & Krouham Litcher, P. (2025). Medicina funcional. Grupo Editorial Patria.
- [3] Ramírez Rivera, N. K. (2023). Calidad de vida en pacientes con diabetes mellitus tipo II, centro de salud Bambil Deshecho, Santa Elena, 2022 (Bachelor's thesis, La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2023.).
- [4] Benites Infante, E. F. (2025). Estilos de vida y adherencia a medidas de prevención en pacientes con diabetes que asisten al Centro de Salud Papayal, Tumbes 2024.
- [5] Ocaña Siguencia, R. S. (2023). Intervención de enfermería para la prevención de Diabetes Mellitus tipo 2 (Bachelor's thesis, Universidad Ncional de Chimborazo).
- [6] Torres, D. C. O. (2024). Prevención, autocuidado y educación de la diabetes mellitus tipo 2.