



**GNP ATENDIÓ 2,200 CASOS POR DIABETES Y 5,300 POR ENFERMEDADES DEL CORAZÓN EN 2022. UN PESO SALUDABLE MÁS QUE UN OBJETIVO DE AÑO NUEVO, UNA DECISIÓN QUE PUEDE SALVAR VIDAS**

- La diabetes es la 3era. causa de muerte en México, mientras que las enfermedades cardiovasculares ocupan el 1er. lugar en mortalidad.
- Ambas enfermedades crónico degenerativas tienen un mayor riesgo de presentarse en personas que padecen sobrepeso u obesidad.
- GNP pagó más de 235 mdp por padecimientos relacionados con la diabetes y más de 996 mdp por enfermedades del corazón en 2022.
- Mantener un peso saludable es uno de los propósitos de año nuevo más comunes, aunque en realidad es una decisión que puede cambiar positivamente la salud y evitar enfermedades crónicas.

**Ciudad de México, 10 de enero de 2022.-** De acuerdo con el INEGI, la diabetes es la 3era. causa de muerte en México, mientras que las enfermedades cardiovasculares ocupan el 1er. lugar en mortalidad. Si bien estas enfermedades pueden tener diferentes orígenes, uno de ellos lo constituyen los hábitos o estilo de vida de cada persona. En este sentido el peso juega un papel importante ya que se considera uno de los principales factores que incrementan el riesgo de padecer ambas enfermedades crónico degenerativas.

GNP Seguros reporta que en 2022 atendió más de 2,200 casos de diabetes, pagando un monto superior a los 235 mdp, lo que da un costo promedio por caso de poco más de 103 mil pesos. Por otro lado, GNP también reportó que atendió más de 5,300 casos derivados de enfermedades cardiovasculares, por lo que se pagó más de 996 mdp con un costo promedio estimado de 187 mil pesos por caso.

Lo anterior, no solo deja claro que ambos padecimientos tienen alta incidencia, sino que también el costo de su atención puede llegar a ser muy elevado, sobretodo si consideramos que ambos padecimientos requieren una atención médica periódica y que en la mayoría de los casos se presentarán más de un evento que requiera atención médica especializada además del tratamiento de rutina.

Si bien ambos padecimientos en muchos casos no se pueden evitar, también es cierto que ciertos factores como una dieta poco saludable y el sedentarismo, así como el sobrepeso y la obesidad pueden llegar a incrementar el riesgo de que se presenten, afectando la salud y calidad de vida de los pacientes.

En el marco del comienzo de año, en el que un gran número de personas se propone llegar a su peso ideal, GNP Seguros promueve la reflexión sobre la gran importancia que tienen los hábitos saludables en la reducción de riesgos de presentar enfermedades crónico degenerativas, entre ellas promover un peso saludable con la orientación de médicos especialistas que garanticen un estado de salud óptimo durante el proceso.



Adicional a lo anterior, GNP recomienda los siguientes hábitos saludables en tres pilares fundamentales:

#### **Estilo de Vida Saludable**

- Mantener un peso saludable de la mano de un especialista médico.
- Realizar ejercicio al menos tres días a la semana. Es importante también consultar con un especialista que pueda orientar la mejor actividad física para cada persona.
- Lleva una dieta balanceada, limita la sal, la grasa saturada y el colesterol (carnes rojas, leche entera y huevo). Incluye frutas y verduras, legumbres, cereales integrales y pescado.
- Beber a diario de 6 a 8 vasos de agua simple potable, en lugar de bebidas azucaradas.
- Verificar la información de la etiqueta nutrimental de los productos.
- Evitar el alcohol y el consumo de cigarro.
- Limitar el consumo de comida “chatarra”.

#### **Revisión Médica Periódica**

- Realizar una revisión médica completa al menos dos veces al año puede ayudar a detectar cualquier señal de riesgo con mayor oportunidad.
- Siempre acudir al médico ante cualquier molestia o malestar para recibir el tratamiento adecuado
- No automedicarse.

#### **Tratamiento Adecuado y Oportuno de Enfermedades**

- Una vez que se ha diagnosticado una enfermedad crónica es necesario contar con el respaldo médico adecuado
- Llevar el tratamiento adecuado de manera oportuna
- Llevar un seguimiento adecuado por parte del médico
- Contar con un Seguro de Gastos Médicos Mayores representa un respaldo financiero importante para hacer frente a problemas de salud y recibir tratamiento médico.

GNP Seguros promueve iniciar el año tomando medidas importantes para cuidar su salud y la de su familia a través de hábitos saludables que permitan reducir el riesgo de enfermedades crónicas degenerativas que puedan afectar seriamente su salud y que requieran tratamiento de por vida.

Para conocer las opciones de protección del Seguro de Gastos de Médicos Mayores que mejor se adaptan a cada estilo de vida puedes ingresar a [gnp.com.mx](http://gnp.com.mx)

---

#### **Acerca de GNP**

Acerca de GNP:GNP Seguros es la empresa aseguradora mexicana multirrama con 120 años de experiencia y líder en el Sector Asegurador de México. Forma parte de uno de los conglomerados empresariales más importantes de México, GRUPO BAL, el cual está constituido por instituciones de gran prestigio y destacadas en cada uno de sus sectores: seguros.

Atención a Medios: Christoph Leuzinger [cleuzinger@zimat.com.mx](mailto:cleuzinger@zimat.com.mx) 777 130 41 15 // Mónica Mejía Aguirre [monica.mejia@gnp.com.mx](mailto:monica.mejia@gnp.com.mx)