BCTneus

El medio de comunicación híbrido de Baja California.

19 / *Noviembre de 2026* / EDICIÓN NO. 563

NOTICIAS //

BCTneus.mx



SHEINBAUM FORTALECE EL DIÁLOGO COMERCIAL CON ESTADOS UNIDOS TRAS ENCUENTRO CON TRUMP



BC

Baja California es terreno fértil para nuevas inversiones industriales: Marina del Pilar

NOTA COMPLETA

BC

Tijuana tiene 30 días para prepararse ante los efectos de El Niño: Burgueño

NOTA COMPLETA



MÉXICO

Se atora la renovación del INE y crece la posibilidad de una presidencia provisional en elecciones 2027

NOTA COMPLETA



MÉXICO

Más cuidados y sanciones por maltrato: Así funciona la nueva Ley de Bienestar Animal

NOTA COMPLETA



MUNDO

Colombia se detendrá por 24 horas en contra del gobierno de Abelardo de la Espriella

NOTA COMPLETA



NUESTRO PROYECTO

Contar historias que importan, con periodismo independiente, datos precisos y una mirada crítica para una ciudadanía mejor informada.

BCTneus.mx

El medio de comunicación híbrido de Baja California.

Síguenos en: @bct_neus @bctneus @thebctneus @thebctneus @bctneus

¿QUIENES SOMOS?

Medio digital que informa con rigor y claridad, ofreciendo análisis y noticias clave para entender México y el mundo.


— LA DIABETES NO AVISA, PERO LA ESTADÍSTICA SÍ
La **prevención** comienza *mucho antes* de *llegar al hospital*, y una de sus **decisiones** más importantes se toma *todos los días* **frente** al plato.
ELMO RENISTA
COLUMNISTA
EL CAPITAL
KARL MARX
BCTneus

LA DIABETES NO AVISA, PERO LA ESTADÍSTICA SÍ

En Baja California, la diabetes se llevó seis vidas diarias durante 2025, una cifra que debería preocuparnos bastante, especialmente cuando buena parte de nuestra alimentación cotidiana parece diseñada para poner a prueba al páncreas.

Entre refrescos, harinas refinadas y comidas apresuradas, hemos convertido la mala alimentación en una costumbre tan arraigada que cuidarse comienza a parecernos un lujo.

Los datos del CEMDI, elaborados con información del INEGI y de la Secretaría de Salud, revelan que 2,285 bajacalifornianos murieron por diabetes durante 2025, frente a los 2,532 del año anterior.

La reducción de 9.8% es importante, aunque conviene evitar triunfalismos, pues los nuevos casos de diabetes tipo 2 aumentaron 10.35% y alcanzaron los 30,126 registros.

Y es justamente esta contradicción la que merece atención, porque mientras disminuyen las defunciones, crece el número de personas que enfrentan una enfermedad capaz de provocar daños renales, pérdida de visión, infartos y amputaciones.

Habrá que puntualizar que el Gobierno de Baja California también tiene resultados y acciones que deben reconocerse. La Secretaría de Salud, encabezada por Dagoberto Valdés Juárez, informó que entre enero y septiembre de 2026 realizó 100,464 pruebas de detección en adultos, mientras que su programa sectorial contempla atención multidisciplinaria, orientación nutricional, actividad física y seguimiento médico.

BCTneus

Sin embargo, ninguna campaña sustituye nuestras decisiones cotidianas. La Organización Mundial de la Salud recomienda una alimentación equilibrada, mantener un peso saludable y realizar al menos 150 minutos semanales de actividad física para prevenir o retrasar la diabetes tipo 2.

Comer mejor no significa vivir a dieta perpetua, sino reducir bebidas azucaradas, moderar los productos ultraprocesados y recuperar alimentos tan accesibles como frijoles, verduras y frutas.

Y tampoco se trata de culpar a quien enferma, pues intervienen factores genéticos, económicos y sociales, ni de creer que una buena alimentación reemplaza los medicamentos cuando ya existe un diagnóstico.

Por ello, la enseñanza de estas cifras es sencilla…ahora sí que el Gobierno puede acercarnos las pruebas, los médicos y los tratamientos, pero también nos corresponde aprovecharlos y cuidar nuestros hábitos.

La prevención comienza mucho antes de llegar al hospital, y una de sus decisiones más importantes se toma todos los días frente al plato.

BCTneus

PERROS CON DERECHOS Y DUEÑOS
CON OBLIGACIONES

De **poco sirve** declarar sintiente a un *perro* si **nadie escucha sus quejidos** detrás de una *puerta cerrada* que te niegas a abrir.

ELMO RENISTA
COLUMNISTA

BCTneus

PERROS CON DERECHOS Y DUEÑOS CON OBLIGACIONES

En México hemos tenido la costumbre de considerar al perro parte de la familia mientras duerme en el patio o la azotea, al gato un adorable compañero mientras no arañe los muebles y al animal abandonado un problema que, con un poco de suerte, resolverá el vecino.

Pero no es un secreto que un bastante de toda esa generosidad zoológica suele terminar exactamente donde comienza la responsabilidad.

Y a todo ello tendrá que enfrentarse a la nueva Ley General en Materia de Bienestar, Cuidado y Protección de los Animales, aprobada este 18 de noviembre por la Cámara de Diputados con 470 votos a favor, ninguno en contra y dos abstenciones, después de recibir el respaldo del Senado en septiembre.

La legislación, que también responde a una exigencia sostenida de organizaciones civiles y defensores de los animales, fue enviada al Ejecutivo federal para su publicación. Su entrada en vigor está prevista 60 días naturales después de aparecer en el Diario Oficial de la Federación, de modo que todavía no existe una fecha definitiva.

¿Y qué significa semejante novedad para quienes tienen mascotas? Que alimentarlas dejará de ser suficiente para cumplir con las obligaciones legales, pues deberán garantizarles agua, condiciones adecuadas de alojamiento, atención veterinaria y protección contra el sufrimiento.

BCTneus

El ordenamiento contempla, además, un registro nacional gratuito, restricciones a la comercialización y una disposición particularmente interesante. Así que quienes incurran en maltrato podrán tener que pagar tratamientos, cirugías y rehabilitación.

Pero la verdadera prueba estará fuera del Congreso, donde los municipios tendrán que enfrentar el abandono, vigilar establecimientos y atender denuncias con recursos que no aparecen milagrosamente al levantar la mano en una votación.

Si lo ponemos a detalle, la aprobación representa un cambio en las obligaciones legales hacia los animales, pero sus resultados irán de la mano con reglamentos, presupuestos y autoridades capaces de hacerlas cumplir.

Por lo pronto, México ya reconoció constitucionalmente que los animales merecen protección, ya sólo deberá demostrarlo en las calles, los hogares y los refugios, pues de poco sirve declarar sintiente a un perro si nadie escucha sus quejidos detrás de una puerta cerrada que te niegas a abrir.

BCTneus

VIDEO NUEVO



BCTNEUS.MX

CLICK AQUÍ ——— VER AHORA

VIDEO NUEVO



CLICK AQUÍ ——— VER AHORA

VIDEO NUEVO



CLICK AQUÍ ——— VER AHORA

VIDEO NUEVO



CLICK AQUÍ ——— VER AHORA

VIDEO NUEVO



BCTNEUS.MX

CLICK AQUÍ ——— VER AHORA

VIDEO NUEVO



BCTNEUS.MX

CLICK AQUÍ

VER AHORA

VIDEO NUEVO



CLICK AQUÍ — VER AHORA

VIDEO NUEVO



CLICK AQUÍ

VER AHORA

BCTneus

19 / Noviembre de 2026 / EDICIÓN NO. 563

El medio de comunicación híbrido de Baja California.

EL CARTÓN //

BCTneus.mx

Cartón / El Jota Erre



NUESTRO PROYECTO

Contar historias que importan, con periodismo independiente, datos precisos y una mirada crítica para una ciudadanía mejor informada.

BCTneus.mx

El medio de comunicación híbrido de Baja California.

Síguenos en: @bct_neus @bctneus @thebctneus @thebctneus @bctneus

¿QUIENES SOMOS?

Medio digital que informa con rigor y claridad, ofreciendo análisis y noticias clave para entender México y el mundo.