

Medicamentos para la diabetes: *lo que debe saber*

¿Qué debo saber sobre mis medicamentos para la diabetes?

Lo más probable es que las personas que sufren de diabetes tengan un medicamento con receta o más en su plan de tratamiento. Es importante seguir el plan de tratamiento y tomar los medicamentos tal como lo indique el proveedor de cuidados de la salud. Si por algún motivo le cuesta cumplir con esto (por ejemplo, porque le preocupan los costos, por los efectos secundarios o porque se olvida de tomarlos), informe a su proveedor de cuidados de la salud o a su farmacéutico. Ellos le ayudarán a encontrar la manera de resolver sus problemas para mantenerse saludable. Además:

- **Haga preguntas sobre sus medicamentos.**
Asegúrese de saber el propósito de cada uno, la manera de tomarlos y el lugar adecuado para guardarlos.
- **Mantenga una lista actualizada de todos sus medicamentos y llévela a todas sus citas.** Asegúrese de incluir todas las vitaminas, los remedios de hierbas y los medicamentos de venta sin receta, como jarabes para la tos o pastillas para la alergia, que esté tomando. Anote:
 - El nombre de cada medicamento
 - La dosis que toma
 - El horario en que lo toma

Asegúrese de informarle a sus proveedores de cuidados de la salud si:

- Su dosis cambió desde su última visita.
- Comenzó con algún medicamento nuevo.
- Interrumpió algún medicamento.
- Sus medicamentos no le ayudan lo suficiente.

¿Qué tipo de medicamentos se utilizan para tratar la diabetes?

Hay diversos tipos de medicamentos para tratar la diabetes. Cada uno de ellos surte un efecto diferente al de los demás. Sus proveedores de cuidados de la salud le ayudarán a encontrar el medicamento más adecuado para su afección y estilo de vida.



Metformina

La metformina es un medicamento que se receta para ayudar a reducir la glucosa (el azúcar) que hay en su sangre de las siguientes maneras:

- **Disminuyendo la cantidad de glucosa que suelta el hígado**, de modo que ingrese una menor cantidad en el torrente sanguíneo.
- **Aumentando la capacidad de los músculos de utilizar la glucosa para obtener energía.** Cuanto más glucosa se utilice, mayor cantidad de glucosa saldrá del torrente sanguíneo.

Tomar la metformina con alimentos puede ayudar a reducir o a evitar los efectos secundarios, como los gases, la diarrea y el malestar estomacal.

Los efectos secundarios tienen más probabilidades de presentarse cuando se comienza a tomar el medicamento, y normalmente desaparecen por sí solos.

La acidosis láctica es otro efecto secundario. Aunque es muy poco frecuente, puede ser grave. Se presenta con mayor frecuencia en personas con enfermedades pulmonares, hepáticas o renales.

Los síntomas más frecuentes de la acidosis láctica son el dolor de estómago, la diarrea, el dolor o los calambres musculares, la somnolencia y la fatiga. **Si presenta algún síntoma de acidosis láctica, diríjase al centro de tratamiento de urgencia más cercano.**

Sulfonilureas

Las sulfonilureas ayudan a reducir la cantidad de glucosa que hay en la sangre **aumentando la cantidad de insulina que libera el páncreas**. Al haber más insulina para "desbloquear" las células del organismo, mayor es la cantidad de glucosa que se desplaza hacia el interior de ellas, lo que disminuye el nivel de glucosa en la sangre.

Los siguientes son los nombres de algunas sulfonilureas comunes:

- Glipizida (Glucotrol XL)
- Glimepirida (Amaryl)

Los siguientes son los efectos secundarios más habituales:

- Bajo nivel de glucosa (hipoglucemia)
- Leve aumento de peso (de 1 a 5 libras o de 0.5 a 2.25 kilogramos)
- Erupción en la piel

Si toma una sulfonilurea, se recomienda que tenga a mano en todo momento una fuente de glucosa de acción rápida. **Trate cualquier síntoma de hipoglucemia con la regla del 15 (véase el recuadro que aparece a la derecha).**

Meglitinidas

Las meglitinidas son píldoras que ayudan a reducir la cantidad de glucosa que hay en el torrente sanguíneo. Lo hacen **aumentando la liberación de insulina desde el páncreas después de una comida**. Al haber más insulina para "desbloquear" las células del organismo, mayor es la cantidad de glucosa que se desplaza al interior de ellas, lo que disminuye el nivel de glucosa en la sangre.

Los siguientes son los nombres de algunas meglitinidas comunes:

- Repaglinida (Prandin)
- Nateglinida (Starlix)

Si toma una meglitinida, se recomienda que tenga a mano en todo momento una fuente de glucosa de acción rápida. **Trate cualquier síntoma de hipoglucemia con la regla del 15 (véase el recuadro que aparece a la derecha).**

Los siguientes son otros efectos secundarios:

- Dolor de espalda o de las articulaciones
- Tos
- Congestión o goteo nasal
- Diarrea

Inhibidores de la DPP-4

Un inhibidor de la DPP-4 es una píldora que bloquea una enzima llamada dipeptidilpeptidasa 4 (DPP-4). Esto ayuda a bajar el nivel de glucosa que hay en la sangre de dos maneras:

- **Disminuye la cantidad de glucosa que libera el hígado**, con lo que ingresa menos glucosa en el torrente sanguíneo.
- **Estimula la producción de insulina en el páncreas**. La mayor cantidad de insulina permite que la glucosa salga del torrente sanguíneo y entre en las células del cuerpo con más eficiencia.

Los siguientes son los nombres de algunos inhibidores comunes de la DPP-4:

- Sitagliptina (Januvia)
- Saxagliptina (Onglyza)
- Linagliptina (Tradjenta)

En muy poco frecuente que los inhibidores de la DPP-4 provoquen efectos secundarios, pero los más comunes son los siguientes:

- Goteo o congestión nasal
- Dolor de cabeza
- Dolor de garganta
- Diarrea

Hipoglucemia y la regla del 15

La hipoglucemia (nivel bajo de glucosa en la sangre) es un efecto secundario común de la insulina y de otros medicamentos para la diabetes. La hipoglucemia puede aparecer de repente y causar:

- Temblores
- Sudor
- Debilidad
- Mal humor
- Hambre
- Mareo

Asegúrese de que usted y su familia conozcan los síntomas.

Trate cualquier síntoma de hipoglucemia con la regla del 15:

- Tome **15 gramos de glucosa de acción rápida** (por ejemplo: ½ taza de jugo o bebida gaseosa común, 1 cucharada colmada de azúcar, o 3 o 4 tabletas de glucosa).
- Contrólese el nivel sanguíneo de glucosa a los **15 minutos**.
- Si aún está bajo, repita los pasos anteriores.

Inhibidores del SGLT2

Los inhibidores del SGLT2 son píldoras que ayudan a reducir el nivel de glucosa que hay en la sangre de las siguientes maneras:

- **Disminuyendo la cantidad de glucosa que ingresa en la sangre** desde los riñones.
- **Aumentando la cantidad de glucosa** que sale del cuerpo al orinar.

Los siguientes son los nombres de algunos inhibidores comunes del SGLT2:

- Canagliflozina (Invokana)
- Dapagliflozina (Farxiga)
- Empagliflozina (Jardiance)

Los inhibidores del SGLT2 podrían disminuir la presión arterial y provocar pérdida de peso. También podrían causar deshidratación: tendrá que beber más líquidos para conservar la buena salud.

Los siguientes son otros efectos secundarios:

- Mareo
- Necesidad de orinar con mayor frecuencia
- Mayor riesgo de contraer infecciones de las vías urinarias
- Mayor riesgo de contraer candidiasis genitales tanto en hombres como en mujeres

Agonistas del GLP-1

Los agonistas del GLP-1 se administran mediante una inyección con una pluma de administración precargada. Funcionan junto con otros medicamentos para la diabetes y ayudan a controlar la glucemia de la siguiente manera:

- **Retrasando o interrumpiendo la liberación de glucosa proveniente del hígado.**
- **Elevando la liberación de insulina del páncreas después de una comida.**
- **Retrasando la evacuación del estómago después de una comida.** De esa manera, reducen el apetito y ayudan a sentirse satisfecho después de comer, lo que contribuye a que la persona coma menos. Eso podría ocasionar pérdida de peso.

Los siguientes son los nombres de algunos agonistas comunes del GLP-1:

- Exenatida (Byetta/ Bydureon)
- Albiglutida (Tanzeum)
- Dulaglutida (Trulicity)
- Liraglutida (Victoza)

Los efectos secundarios comunes de los agonistas del GLP-1 son los siguientes:

- Náuseas (ganas de vomitar)
- Gases
- Diarrea
- Debilidad

Glitazonas

Las glitazonas, también conocidas como tiazolidinedionas o TZD, reducen la glucemia de dos maneras:

- **Ayudando a los músculos a obtener energía a partir de la glucosa.** Cuanto más glucosa se utilice, mayor cantidad saldrá del torrente sanguíneo.
- **Disminuyendo la cantidad de glucosa que libera el hígado,** de modo que ingrese una menor cantidad en el torrente sanguíneo.

Los siguientes son los nombres de algunas glitazonas comunes:

- Pioglitazona (Actos)
- Rosiglitazona (Avandia)

Las glitazonas se han relacionado con un mayor riesgo de sufrir algunas enfermedades graves, como las siguientes:

- **Daño hepático.** Su médico le pedirá que le hagan análisis de sangre periódicos para comprobar si el hígado se ha dañado. Si el hígado se daña, el daño suele desaparecer cuando se deja de tomar el medicamento.
- **Problemas cardíacos.** Las glitazonas pueden ocasionar insuficiencia cardíaca o empeorarla; esta es una afección en la cual el corazón no bombea suficiente sangre para satisfacer las necesidades del organismo.
- **Fracturas en las mujeres.** No se ha demostrado que las glitazonas aumenten el riesgo de fracturas en los hombres.
- **Cáncer de vejiga(poco frecuente).** El médico no recurrirá a la glitazona si usted tiene otros factores de riesgo relacionados con el cáncer de vejiga.

Insulina

La insulina es una hormona que normalmente se produce en el páncreas. Reduce la cantidad de glucosa que hay en la sangre, al desplazarla desde el torrente sanguíneo hacia el interior de las células para transformarla en energía.

Todas las personas que tienen **diabetes tipo 1** deben tomar insulina porque el páncreas ya no la produce. En el caso de la **diabetes tipo 2**, el páncreas quizás no esté liberando la cantidad suficiente de insulina como para transformar la glucosa en energía. Es posible que, con el tiempo, cada vez produzca menos insulina.

La insulina podría causar lo siguiente:

- Aumento de peso de 5 a 10 libras o de 2.25 a 4.5 kg
- Bajo nivel de glucosa en la sangre (hipoglucemia)

Si toma insulina, es recomendable que se controle de forma periódica el nivel de glucosa que tiene en la sangre. Lleve consigo una fuente de glucosa de acción rápida en todo momento. **Trate cualquier síntoma de hipoglucemia con la regla del 15.**

Hay varios tipos de insulina:

- **La insulina de acción rápida** (Humalog, Novolog, Apidra) y la **insulina de acción breve** (Humulin R, Novolin R) se administran con las comidas para ayudar a reducir el nivel de glucosa en la sangre luego de consumir carbohidratos.
- **La insulina de acción intermedia** (Humulin N, Novolin N) y la **insulina de acción prolongada** (Lantus, Levemir, Toujeo, Tresiba) se administran una o dos veces al día para ayudar a reducir el nivel de glucosa en la sangre durante 12 a 24 horas, y no se administran junto con las comidas.
- **En la insulina mezclada previamente** (Novolin 70/30, Humulin 70/30, Humulin 50/50, Humalog 75/25, Humalog 50/50, Novolog 70/30) se combinan la insulina de acción rápida o breve con la insulina de acción intermedia. Esta combinación se toma dos veces al día con las comidas.
- **La insulina concentrada** (Humulin U-500) es cinco veces más potente que la insulina común y se emplea en pacientes que consumen al menos 200 unidades de insulina al día.

No olvide preguntar a su proveedor de cuidados de la salud o a su farmacéutico qué tipo de insulina se le receta, y cómo debe tomarla y guardarla.

Notas

Diabetes Medicines: What you should know

.....
Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2017 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications FS4895-08/17 (Last reviewed - 12/16) (Spanish translation 06/17 by Lingotek, Inc.)