

CONOCIENDO TUS MEDICAMENTOS

Las personas con Diabetes tipo 2 como parte de su tratamiento necesitan actividad física y alimentación adecuada. Requieren fármacos y muchas veces insulina.



ORGANICE SUS HORARIOS

A veces, ocurre que se nos olvida tomar los medicamentos, nos saltamos las comidas y nos confundimos con la insulina. ¿Cómo ayudarnos?

- ✓ Una forma de recordar la toma de los medicamentos es relacionarlos con el horario de las comidas.
- ✓ La mayoría de los medicamentos van asociados a las comidas, esto le puede ayudar a recordarlos.
- ✓ Ayúdese con un cartel con los fármacos, horarios y dosis, péguelo en el refrigerador, señale con un ticket que se los toma, esto evitará que tome dosis dobles.
- ✓ Memorice los nombres, el color de las tabletas, anótelos en su libreta personal.
- ✓ Aprenda para qué sirven y sus principales efectos adversos.
- ✓ Sugerimos coloque los medicamentos en su velador o comedor.
- ✓ Utilice un pastillero con los días de la semana, le ayudará a ordenarse.
- ✓ Tome sus medicamentos siempre a la misma hora para establecer un hábito diario.
- ✓ Ayúdese con la alarma de su celular.
- ✓ Apóyese con familiares y amigos.



MEDICAMENTOS MÁS FRECUENTES NO INYECTABLES

Metformina, ayuda a que su propia insulina funcione mejor. Puede causar meteorismo, diarrea y bastante incomodidad digestiva. Si parte con dosis pequeñas es mejor y la aumenta semana a semana hasta la dosis indicada.

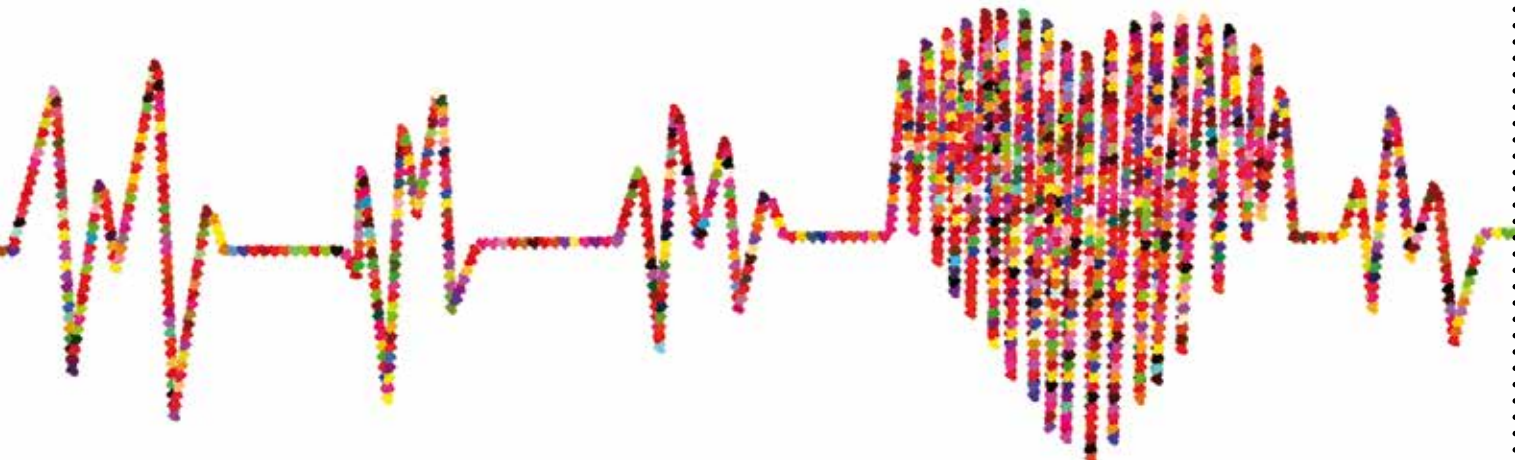
Glibendamida ,glimepirida, Glidazida: Actúa sobre el páncreas secretando más insulina. Cuídese de las hipoglicemias, ajuste la dosis si es necesario.

Otros medicamentos que existen aún no disponibles por el GES: tienen alto costo.

Inhibidores de la DPP4 sitagliptina, vildagliptina, saxagliptina y combinaciones con metformina. Tienen muy poco riesgo de hipoglicemia.

Inhibidores de la SGLT2 Empagliflozina, dapagliflozina, canagliflozina. Aumenta la excreción de azúcar en la orina. Se debe vigilar infecciones urinarias y mantener un aseo adecuado





MEDICAMENTOS INYECTABLES

Se utilizan jeringas o lápices con pequeñas agujas, estas deben llegar a la grasa que está debajo de la piel (tejido subcutáneo).

Agonistas del receptor de GLP-1:

Generan sensación de saciedad provocando baja de peso, aumentan la secreción de insulina y disminuyen la liberación de azúcar desde el hígado ej: Liraglutida.

Insulinas: La insulina es una hormona que produce el páncreas para ayudar a que el cuerpo utilice el azúcar como energía. Existen distintos tipos que son fabricados de forma artificial. Su médico decidirá cuál es la más adecuada para usted.



Los medicamentos ya sean inyectables u orales, en algunas ocasiones pueden provocar reacciones nocivas como por ejemplo náuseas, vómitos, diarrea, hipoglicemia. Consulte con el personal de salud frente a dudas, no abandone el tratamiento ya que siempre existen otras opciones.

Metformina: Puede provocar problemas gastrointestinales, como diarrea. Estos efectos pueden desaparecer a medida que el cuerpo se acostumbra, si persiste consulte.

Glibendámid: Puede causar bajas de azúcar. Para prevenir esto asíciela la a una colación.

Dapaglifozina o Empaglifozina (SGLT-2): Al eliminar mayor cantidad de azúcar por la orina podría presentar infecciones. Para prevenir debe realizar un buen aseo genital. Si presenta molestas, consulte.

Insulina puede producir aumento de peso y alergia en casos muy raros. También causa hipoglicemia si usted administra más cantidad que la dosis indicada.

NUNCA DEJE SU TRATAMIENTO

- Si deja la medicación la diabetes se descompensará y podrían presentarse graves complicaciones.
- No abandone su tratamiento aunque se sienta bien, la única forma de saber esto es medir su glucemia, si esta está dentro de rangos normales es debido a la medicación y cambios de hábito.

La Asociación Americana de la Diabetes (ADA) sugiere los siguientes niveles para adultos con diabetes:

- A1C: 7%
- Glucosa plasmática preprandial (antes de comer): 80–130 mg/dl
- Glucosa plasmática posprandial (1-2 horas después del inicio de la comida)*: Menos de 180 mg/dl

