

# Lo que usted debe saber sobre

## las medicinas para la diabetes

(What you need to know about diabetes medicines)



National Institute of  
Diabetes and Digestive  
and Kidney Diseases

National Diabetes Information  
Clearinghouse

# Lo que usted debe saber sobre las medicinas para la diabetes

(What you need to know about diabetes medicines)



## Índice

Efectos de las medicinas para la diabetes .....	1
Niveles recomendados de azúcar en la sangre .....	2
Niveles de azúcar en la sangre en personas con diabetes .....	5
Medicinas para el tipo de diabetes que usted tiene .....	8
Formas de medicinas para la diabetes.....	10
Efectos secundarios de las medicinas.....	16
Cómo obtener más información .....	16
Agradecimientos .....	18

\*Vea también los encartes que se incluyen al final del librito.



## Efectos de las medicinas para la diabetes

Con el tiempo, los niveles altos de azúcar en la sangre pueden causar problemas de salud. Estos problemas incluyen

- ataques al corazón y otros problemas cardíacos
- ataques o “derrames” cerebrales
- problemas en los riñones
- daño a los nervios
- problemas digestivos
- problemas en los ojos
- problemas en los dientes y las encías

Usted puede prevenir los problemas de salud manteniendo sus niveles de azúcar en la sangre dentro de los niveles recomendados. El azúcar en la sangre también se llama glucosa en la sangre.



---

Es posible que necesite tomar medicinas para la diabetes a fin de lograr sus niveles deseados de azúcar en la sangre.

**Todas las personas con diabetes deben comer saludablemente y hacer actividad física con regularidad.**

Si usted no puede lograr sus niveles deseados de azúcar en la sangre de esta manera, es posible que necesite tomar medicinas para la diabetes. El tipo de medicina que tome depende de

- el tipo de diabetes que tiene
- su horario
- otros problemas de salud que padezca

Las medicinas para la diabetes ayudan a mantener el azúcar en la sangre dentro de los niveles deseados. Los “niveles deseados” son los niveles recomendados por expertos en diabetes y su médico o educador en diabetes.

## **Niveles recomendados de azúcar en la sangre**

Los niveles indicados en las siguientes tablas se recomiendan para la mayoría de las personas con diabetes. Fueron establecidos por la American Diabetes Association (Asociación Americana de Diabetes, ADA por sus siglas en inglés). También los recomienda el National Diabetes Education Program (Programa Nacional de Educación sobre la Diabetes).

Hable con su médico o educador en diabetes sobre esta información. Le pueden decir si estos niveles se recomiendan en su caso, o si se recomiendan otros niveles para usted. Los niveles que recomiendan para usted son sus “niveles deseados”. Anote estos niveles en las secciones correspondientes de las tablas a continuación. Es importante anotar sus niveles deseados tanto de azúcar en la sangre como de A1C.

<b>Niveles de azúcar en la sangre recomendados para la mayoría de las personas con diabetes</b>		<b>Sus niveles deseados</b>
Antes de las comidas	De 70 a 130 mg/dL*	
De 1 a 2 horas después de haber empezado a comer	Menos de 180 mg/dL	

\*Miligramos por decilitro.

<b>Nivel de A1C recomendado para personas con diabetes</b>	<b>Su nivel deseado</b>
Menos de 7 por ciento	



Su nivel deseado de A1C podría ser más o menos del 7 por ciento. Si lo mantiene tan cerca de lo normal como sea posible, ayudará a prevenir problemas a largo plazo relacionados con la diabetes. “Normal” quiere decir menos del 6 por ciento sin tener un nivel bajo de azúcar en la sangre con frecuencia. Los médicos podrían recomendar otros niveles para los siguientes grupos:

- niños muy pequeños
- personas mayores o con otros problemas de salud
- personas que tengan niveles bajos de azúcar en la sangre con frecuencia

Haga lo siguiente para saber si logra sus niveles deseados:

- Mídase los niveles de azúcar en la sangre diariamente con su medidor de azúcar en la sangre. Si tiene preguntas al respecto, hable con su doctor o educador en diabetes.
- Pida a su médico que le haga una prueba de sangre tipo A1C por lo menos dos veces al año. La prueba de A1C indica su nivel promedio de azúcar en la sangre durante los 3 meses anteriores.

Si usted no puede lograr sus niveles deseados de azúcar en la sangre, es posible que necesite cambiar la forma en que controla la diabetes. Los resultados de la prueba de A1C y sus mediciones diarias de azúcar en la sangre pueden ayudarles a usted y a su médico a tomar decisiones sobre

- lo que come
- cuándo come
- cuánto come
- qué tipo de ejercicio hace
- cuánto ejercicio hace
- el tipo de medicinas para la diabetes que toma
- la cantidad de medicinas para la diabetes que toma

## **Niveles de azúcar en la sangre en personas con diabetes**

En las personas con diabetes, los niveles de azúcar en la sangre aumentan y bajan durante el día y la noche. Con el tiempo, los niveles altos de azúcar en la sangre pueden provocar problemas del corazón y otros problemas de salud. Los niveles bajos de azúcar en la sangre pueden causar debilidad o desmayos. Las personas con diabetes deben tomar medidas para lograr y mantener niveles que no sean demasiado altos ni bajos.

## **Causas de un nivel alto de azúcar en la sangre**

Es posible que su nivel de azúcar en la sangre aumente demasiado si

- come más de lo habitual
- no hace actividad física con regularidad
- no toma suficiente medicina para la diabetes
- está enfermo o estresado
- hace ejercicio cuando su nivel de azúcar en la sangre ya está demasiado alto

## **Causas de un nivel bajo de azúcar en la sangre**

Es posible que su nivel de azúcar en la sangre baje demasiado si

- come menos de lo habitual
- se salta una comida o merienda, o come más tarde de lo habitual
- hace más actividad de la habitual
- toma bebidas alcohólicas con el estómago vacío

Algunas medicinas para la diabetes pueden disminuir demasiado su nivel de azúcar en la sangre. Hable con su médico para saber si sus medicinas para la diabetes pueden provocar un nivel bajo de azúcar en la sangre. Vea el Encarte N para obtener más información sobre el nivel bajo de azúcar en la sangre.



---

Los resultados de las mediciones de azúcar en la sangre pueden ayudarle a tomar decisiones sobre las medicinas para la diabetes, las comidas y la actividad física.

## Medicinas para el tipo de diabetes que usted tiene

Hable con su médico para saber qué tipo de diabetes tiene y marque la respuesta a continuación.

- diabetes tipo 1
- diabetes tipo 2
- diabetes gestacional
- otro tipo de diabetes: \_\_\_\_\_

### Medicinas para la diabetes tipo 1

La diabetes tipo 1, antes llamada diabetes juvenil o diabetes insulino dependiente, suele detectarse por primera vez en niños, adolescentes y adultos jóvenes. Si usted tiene diabetes tipo 1, debe tomar insulina porque su cuerpo ha dejado de producirla. Además, podría ser necesario que tome otras medicinas para la diabetes que apoyan la insulina.

### Medicinas para la diabetes tipo 2

La diabetes tipo 2, antes llamada diabetes de la edad adulta o diabetes no insulino dependiente, es la forma más común de diabetes. Puede aparecer cuando el cuerpo no usa la insulina de la manera que debería, un problema que se llama resistencia a la insulina.

Si el cuerpo no puede usar la insulina adecuadamente, tal vez sea necesario tomar medicinas para la diabetes. Hay muchas opciones disponibles. Puede que su médico le recete dos o más medicinas. La ADA recomienda que la mayoría de las personas empiece por tomar metformina, un tipo de píldora para la diabetes.

### **Medicinas para la diabetes gestacional**

La diabetes gestacional aparece por primera vez durante el embarazo. Las hormonas del embarazo pueden provocar este tipo de diabetes, o lo puede provocar una insuficiencia de insulina. La mayoría de las mujeres con diabetes gestacional la controlan siguiendo un plan de comidas saludables y un programa de actividad física. Algunas mujeres también necesitan tomar insulina para lograr sus niveles deseados de azúcar en la sangre.

### **Medicinas para otros tipos de diabetes**

Si usted tiene otro tipo de diabetes, hable con su médico para determinar la medicina que sería mejor en su caso.

## Formas de medicinas para la diabetes

Hay varias formas de medicinas para la diabetes.

### Insulina

Si su cuerpo no produce suficiente insulina, deberá tomarla como medicina. La insulina se usa para todos los tipos de diabetes. Su médico puede ayudarle a decidir la mejor forma de tomar la insulina en su caso.

- **Inyecciones.** Se pondrá las inyecciones usted mismo con una aguja y una jeringa. La jeringa es un tubo hueco con un émbolo. Pondrá su dosis de insulina en el tubo. Algunas personas usan un dispositivo que se parece a una pluma de escribir pero tiene una aguja en la punta.
- **Bomba de insulina.** Esta máquina pequeña se coloca en un cinturón, en un bolsillo o en una bolsa fuera del cuerpo. Es más o menos del tamaño de un teléfono celular. La bomba se conecta a un pequeño tubo de plástico y a una aguja muy pequeña. La aguja se introduce bajo la piel y permanece allí por varios días. La insulina se bombea desde la máquina al cuerpo, a través del tubo. Se llama “insulin pump” en inglés.
- **Inyector a chorro de insulina.** Este dispositivo se parece a una pluma de escribir grande. Envía un fino rocío de insulina a través de la piel, con aire de alta presión en vez de una aguja. Se llama “insulin jet injector” en inglés.

- **Infusor de insulina.** Se introduce un pequeño tubo justo debajo de la piel que se deja en su sitio durante varios días. La insulina se inyecta en el extremo del tubo en vez de a través de la piel. Se llama “insulin infuser” en inglés.



---

Si su cuerpo no produce suficiente insulina, deberá tomarla como medicina.

### **Efectos de la insulina**

En las personas que no tienen diabetes, el cuerpo produce la cantidad adecuada de insulina. Pero las personas con diabetes no producen la cantidad adecuada. La insulina ayuda a las personas a mantener sus niveles deseados de azúcar en la sangre pasando el azúcar a las células del cuerpo. Luego, las células usan el azúcar para generar energía.



Si tiene diabetes, usted y su médico deben decidir cuánta insulina necesita durante el día y durante la noche.

### **Posibles efectos secundarios de la insulina**

Los posibles efectos secundarios incluyen

- nivel bajo de azúcar en la sangre (vea el Encarte N para obtener más información)
- aumento de peso

### **Cómo y cuándo tomar la insulina**

Su programa de insulina dependerá de su rutina diaria y del tipo de insulina que toma. Algunas personas con diabetes necesitan tomarla dos, tres o cuatro veces al día para lograr sus niveles deseados de azúcar en la sangre. Otras pueden ponerse una sola inyección. Su médico o el educador en diabetes pueden decirle cómo y cuándo tomar la insulina.

### **Tipos de insulina**

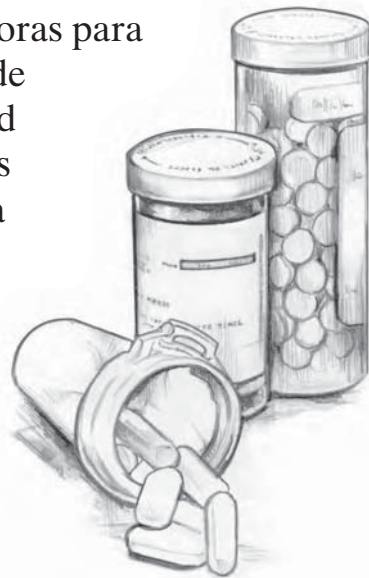
Cada tipo de insulina funciona en cierto incremento de tiempo. Por ejemplo, la insulina de acción rápida empieza a funcionar justo después de tomarla. La insulina de acción prolongada funciona durante varias horas. La mayoría de las personas necesitan tomar dos o más tipos de insulina para lograr sus niveles deseados de azúcar en la sangre.

Vea la lista de tipos de insulina en el Encarte C. Marque los nombres de los tipos de insulina que usted toma. Luego, anote estos nombres en la tabla titulada **Tipos de insulina que usted toma** que se encuentra en el Encarte A.

## **Píldoras para la diabetes**

Las personas con diabetes tipo 2 o con diabetes gestacional toman píldoras para la diabetes. Junto con un plan de comidas saludables y la actividad física, las ayudan a mantener sus niveles deseados de azúcar en la sangre.

Hay varios tipos de píldoras disponibles. Cada una funciona de manera diferente. Muchas personas toman dos o tres tipos de píldoras. Algunas personas toman píldoras que combinan dos tipos de medicina en una tableta. En algunos casos es necesario tomar tanto píldoras como insulina.



---

Las píldoras para la diabetes ayudan a las personas con diabetes tipo 2 o diabetes gestacional a mantener sus niveles deseados de azúcar en la sangre.

Su médico quizás le pida que pruebe un tipo de píldora para determinar si le da resultado o no. Si no le ayuda a lograr sus niveles deseados de azúcar en la sangre, podría ser necesario

- tomar más cantidad de la misma píldora
- tomar otro tipo de píldora además de esta píldora
- cambiar a otro tipo de píldora
- empezar a tomar insulina
- empezar a tomar otra medicina inyectable

Si su médico le pide que tome insulina u otra medicina inyectable, eso no quiere decir que la diabetes esté empeorando. Sólo significa que usted necesita insulina u otro tipo de medicina para lograr sus niveles deseados de azúcar en la sangre. Todos somos diferentes. Lo que le da mejor resultado a usted depende de

- su rutina diaria
- sus hábitos de alimentación
- su nivel de actividad física
- otros problemas de salud que tenga

Vea los encartes al final de este librito para obtener más información sobre los diferentes tipos de píldoras y sus efectos. Verá la marca y el nombre genérico (nombre científico) de cada medicina. Busque y marque los nombres de las píldoras que usted toma. Luego, anote estos nombres en la tabla titulada **Píldoras y medicinas inyectables que usted toma** que se encuentra en el Encarte A.

### **Inyecciones que no son de insulina**

Además de la insulina, hay otros dos tipos de medicinas inyectables. Ambos funcionan con la insulina del cuerpo o la insulina inyectada para evitar que su nivel de azúcar en la sangre aumente demasiado después de comer. Ninguno sustituye a la insulina.

Vea las tarjetas que se incluyen al final de este librito para obtener más información sobre estos tipos de medicinas inyectables. Marque los nombres de los tipos que usted toma. Luego, anote estos nombres en la tabla titulada **Píldoras y medicinas inyectables que usted toma** que se encuentra en el Encarte A.

Hable con su médico si tiene preguntas acerca de los medicamentos para la diabetes. No deje de tomar sus medicamentos para la diabetes sin primero consultar con su médico. Vea el Encarte B para un listado de preguntas que puede hacerle a su médico acerca de sus medicamentos.

## Efectos secundarios de las medicinas

Un efecto secundario es un problema causado por una medicina. Por ejemplo, algunas medicinas para la diabetes pueden provocar náuseas o malestar del estómago cuando una persona empieza a tomarlas. Antes de empezar a tomar una nueva medicina, hable con su médico sobre los posibles efectos secundarios y cómo se pueden prevenir. Si los efectos secundarios de las medicinas le molestan, informe a su médico.

## Cómo obtener más información

Nota: Algunas de las opciones para comunicarse con las siguientes organizaciones están disponibles solamente en inglés.

Para encontrar educadores en diabetes en su área, llame gratis a la American Association of Diabetes Educators (Asociación Americana de Educadores en Diabetes) al 1-800-338-3633. O visite [www.diabeteseducator.org](http://www.diabeteseducator.org) y haga clic en “Find a Diabetes Educator” (esta información está en inglés). Los educadores en diabetes pueden ser enfermeras, dietistas y otros profesionales de la salud.

Para obtener más información sobre la diabetes, póngase en contacto con

**American Diabetes Association**

1701 North Beauregard Street

Alexandria, VA 22311-1742

Teléfono: 1-800-DIABETES (1-800-342-2383)

Fax: 703-549-6995

Correo electrónico: [AskADA@diabetes.org](mailto:AskADA@diabetes.org)

Internet: [www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

**Juvenile Diabetes Research Foundation International**

26 Broadway, 14th Floor

New York, NY 10004

Teléfono: 1-800-533-2873

Fax: 212-785-9595

Correo electrónico: [info@jdrf.org](mailto:info@jdrf.org)

Internet: [www.jdrf.org](http://www.jdrf.org)

## **National Diabetes Education Program**

1 Diabetes Way

Bethesda, MD 20814-9692

Teléfono: 1-888-693-NDEP (1-888-693-6337)

TTY: 1-866-569-1162

Fax: 703-738-4929

Correo electrónico: [ndep@mail.nih.gov](mailto:ndep@mail.nih.gov)

Internet: [www.ndep.nih.gov](http://www.ndep.nih.gov)

[www.yourdiabetesinfo.org](http://www.yourdiabetesinfo.org)

## **Agradecimientos**

Las publicaciones producidas por el NDIC son revisadas cuidadosamente por los científicos del NIDDK y por expertos fuera de la organización.

El Gobierno de los Estados Unidos no apoya ni prefiere ningún producto ni compañía en particular. Los nombres comerciales, patentados y de compañías que aparecen en este documento se usan únicamente porque se consideran necesarios en el contexto de la información provista. Si algún producto no se menciona, la omisión no significa ni implica que el producto no sea satisfactorio.

## National Diabetes Information Clearinghouse

1 Information Way  
Bethesda, MD 20892-3560  
Teléfono: 1-800-860-8747  
TTY: 1-866-569-1162  
Fax: 703-738-4929  
Correo electrónico: [ndic@info.niddk.nih.gov](mailto:ndic@info.niddk.nih.gov)  
Internet: [www.diabetes.niddk.nih.gov](http://www.diabetes.niddk.nih.gov)

El National Diabetes Information Clearinghouse (NDIC) es el Centro Coordinador Nacional de Información sobre la Diabetes, un servicio del National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). Este Instituto forma parte de los National Institutes of Health, que a su vez dependen del Department of Health and Human Services de los Estados Unidos. Fundado en 1978, el NDIC proporciona información sobre la diabetes a las personas con diabetes y a sus familiares, así como a los profesionales de la salud y al público en general. El NDIC responde a preguntas, produce y distribuye publicaciones y colabora estrechamente con organizaciones profesionales, gubernamentales y de pacientes para coordinar los recursos sobre la diabetes.

Esta publicación no tiene derechos de autor. El NDIC otorga su permiso a los usuarios de esta publicación para que pueda ser reproducida y distribuida en cantidades ilimitadas.

Esta publicación se encuentra en  
[www.diabetes.niddk.nih.gov/spanish/indexsp.asp](http://www.diabetes.niddk.nih.gov/spanish/indexsp.asp).

Esta publicación puede contener información sobre medicamentos. Durante la preparación de esta publicación, se incluyó la información más actualizada disponible. Para recibir información al día, o si tiene preguntas sobre cualquier medicamento, comuníquese con la U.S. Food and Drug Administration (FDA). Llame gratis al 1-888-463-6332 (1-888-INFO-FDA), o visite su sitio web en [www.fda.gov](http://www.fda.gov) (en español: [www.fda.gov/AboutFDA/EnEspanol](http://www.fda.gov/AboutFDA/EnEspanol)). Consulte a su proveedor de atención médica para obtener más información.



## Encartes

Sus medicinas para la diabetes .....	Encarte A
Preguntas para hacer sobre sus medicinas para la diabetes .....	Encarte B
Tipos de insulina .....	Encarte C
Glyset y Precose (inhibidores de la alfa-glucosidasa) .....	Encarte D
Biguanida .....	Encarte E
Starlix (derivado de la D-fenilalanina) .....	Encarte F
Januvia (inhibidor de DPP-4) .....	Encarte G
Prandin (meglitinida).....	Encarte H
Amaryl, DiaBeta, Diabinese, Glucotrol, Glucotrol XL, Glynase PresTab, Micronase, tolazamida y tolbutamida (sulfonilureas).....	Encarte I
Tiazolidinediona.....	Encarte J
Píldoras con combinaciones de medicamentos para la diabetes .....	Encarte K
Symlyn (mimético de amilina).....	Encarte L
Byetta (mimético de incretina).....	Encarte M
Información sobre el nivel bajo de azúcar en la sangre .....	Encarte N

## Sus medicinas para la diabetes

Anote a continuación los nombres de las medicinas para la diabetes que toma.

### Tipos de insulina que usted toma

Marca	Nombre genérico	Tipo de insulina

### Píldoras y medicinas inyectables que usted toma

Marca	Nombre genérico

## Preguntas para hacer sobre sus medicinas para la diabetes

Haga estas preguntas a su médico cuando reciba una receta para una medicina. Escriba las respuestas en los espacios provistos. Haga copias de esta tarjeta para que pueda usar una tarjeta para cada una de las medicinas que toma.

¿Cuáles son los nombres de esta medicina?

Marca:

Nombre genérico:

¿Cuáles son los efectos de esta medicina?

¿Cuándo debo comenzar a tomarla?

¿Quién me la recetó?

¿Cuánto tiempo toma para surtir efecto?

¿Cuál es la concentración de la dosis? (por ej., cuántos miligramos o “mg”)

¿Qué cantidad debo tomar en cada dosis?

¿Cuántas veces al día debo tomarla?

¿A qué horas del día debo tomarla?

¿Debo tomarla antes, durante o después de una comida?

¿Debo evitar algún alimento u otra medicina cuando la tomo?

¿Debo evitar las bebidas alcohólicas cuando la tomo?

¿Hay ocasiones en las que debo cambiar la cantidad que tomo?

¿Qué pasa si me olvido de tomarlo?

Si me enfermo y tengo vómitos, ¿igual debo tomar mi medicina?

¿Puede provocarme un nivel bajo de azúcar en la sangre?

¿Qué debería hacer si mi nivel de azúcar en la sangre estuviera demasiado bajo?

¿Qué efectos secundarios puede causar?

¿Qué debo hacer si padezco efectos secundarios?

¿Cómo debo guardar esta medicina?

## Tipos de insulina

Cada tipo de insulina toma cierto tiempo para empezar a surtir efecto, para lograr su máximo efecto y para llegar al fin de su duración.

El **inicio** es el momento en el que la insulina empieza a bajar su nivel de azúcar en la sangre.

El **pico** es el momento en el que la insulina logra su máximo efecto para bajar su nivel de azúcar en la sangre.

La **duración** es el tiempo que dura la insulina, el período durante el que sigue disminuyendo su nivel de azúcar en la sangre.

Los períodos de tiempo que se muestran en la tabla a continuación son aproximados. Los momentos de inicio, de pico y la duración total pueden ser diferentes para usted. Trabajaré con los profesionales de la salud para crear el mejor plan de insulina en su caso.

Tipo de insulina	Marca	Nombre genérico	Inicio	Pico	Duración
De acción rápida	<input type="checkbox"/> NovoLog	<input type="checkbox"/> Insulina asparto	15 minutos	30 a 90 minutos	3 a 5 horas
	<input type="checkbox"/> Apidra	<input type="checkbox"/> Insulina glulisina	15 minutos	30 a 90 minutos	3 a 5 horas
	<input type="checkbox"/> Humalog	<input type="checkbox"/> Insulina lispro	15 minutos	30 a 90 minutos	3 a 5 horas
De acción corta	<input type="checkbox"/> Humulin R <input type="checkbox"/> Novolin R	<input type="checkbox"/> Regular (R)	30 a 60 minutos	2 a 4 horas	5 a 8 horas
	<input type="checkbox"/> Humulin N <input type="checkbox"/> Novolin N	<input type="checkbox"/> NPH (N)	1 a 3 horas	8 horas	12 a 16 horas
De acción prolongada	<input type="checkbox"/> Levemir <input type="checkbox"/> Lantus	<input type="checkbox"/> Insulina detemir <input type="checkbox"/> Insulina glargina	1 hora	Sin pico	20 a 26 horas
	NPH premezclada (de acción intermedia) y regular (de acción corta)	<input type="checkbox"/> Humulin 70/30 <input type="checkbox"/> Novolin 70/30	<input type="checkbox"/> 70% NPH y 30% regular	30 a 60 minutos	Varía
<input type="checkbox"/> Humulin 50/50		<input type="checkbox"/> 50% NPH y 50% regular	30 a 60 minutos	Varía	10 a 16 horas
Suspensión premezclada de insulina lispro con protamina (acción intermedia) e insulina lispro (acción rápida)	<input type="checkbox"/> Humalog Mix 75/25	<input type="checkbox"/> 75% insulina lispro con protamina y 25% insulina lispro	10 a 15 minutos	Varía	10 a 16 horas
	<input type="checkbox"/> Humalog Mix 50/50	<input type="checkbox"/> 50% insulina lispro con protamina y 50% insulina lispro	10 a 15 minutos	Varía	10 a 16 horas
Suspensión premezclada de insulina asparto con protamina (acción intermedia) e insulina asparto (acción rápida)	<input type="checkbox"/> NovoLog Mix 70/30	<input type="checkbox"/> 70% insulina asparto con protamina y 30% insulina asparto	5 a 15 minutos	Varía	10 a 16 horas

## Inhibidor de alfa glucosidasa

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Glyset	<input type="checkbox"/> miglitol
<input type="checkbox"/> Precose	<input type="checkbox"/> acarbose

### Efectos

En muchas personas con diabetes, el nivel de azúcar en la sangre aumenta demasiado después de comer. Este tipo de píldora ayuda a evitar que esto ocurra. Funciona retrasando la digestión de alimentos con alto contenido de carbohidratos, tales como el arroz, las papas, el pan, la leche y las frutas.

### Glyset y Precose no se recomiendan en algunos casos

Informe a su médico si usted

- tiene una enfermedad intestinal u otro problema en los intestinos
- padece enfermedad renal o hepática en etapa avanzada
- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando

## Posibles efectos secundarios

Este tipo de píldora no causa un nivel bajo de azúcar en la sangre por sí sola. Pero aumenta el riesgo de tener un nivel bajo de azúcar en la sangre si además toma

- píldoras para la diabetes que causan un nivel bajo de azúcar en la sangre
- insulina

Su médico tal vez le pida que tome una dosis menor de otras medicinas para la diabetes mientras toma este tipo de píldora.

Glyset y Precose pueden causar dolor de estómago, gases, hinchazón o diarrea. Estos síntomas suelen desaparecer una vez que haya tomado estas píldoras durante un tiempo.

### **Lo que usted debe saber sobre el nivel bajo de azúcar en sangre si toma Glyset o Precose**

Si toma Glyset o Precose, sólo puede tomar tabletas o gel de glucosa para recuperar un nivel normal de azúcar en la sangre con rapidez. Otras comidas y bebidas de preparación rápida no le darán el resultado deseado tan rápidamente porque Glyset y Precosen retrasan el proceso de digestión.



## Biguanida

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Glucophage	<input type="checkbox"/> metformina
<input type="checkbox"/> Glucophage XR	<input type="checkbox"/> metformina de acción prolongada
<input type="checkbox"/> Riomet	<input type="checkbox"/> metformina líquida

La American Diabetes Association, que en español se llama Asociación Americana de la Diabetes, recomienda la metformina (Glucophage, Glucophage XR, Riomet) como el medicamento de primera opción para la diabetes para la mayoría de personas con diabetes tipo 2. La metformina se puede tomar sola o con otros medicamentos para la diabetes. Vea en el Encarte K más información sobre las píldoras que combinan metformina y otro tipo de medicamento para la diabetes.

### ¿Cómo actúa este tipo de medicamento?

Este tipo de medicamento, que se ofrece en forma de píldora o líquida,

- disminuye la cantidad de glucosa que produce el hígado, de modo que la concentración sanguínea de glucosa no aumente demasiado
- ayuda a tratar la resistencia a la insulina
- mejora los niveles de colesterol
- puede ayudar a algunas personas a bajar de peso

En las personas que padecen resistencia a la insulina, el cuerpo no usa la insulina como debería. Cuando la insulina funciona debidamente, la glucosa sanguínea permanece en concentraciones aceptables y las células del cuerpo obtienen la energía que necesitan.

## **¿Quiénes no deben tomar Glucophage, Glucophage XR o Riomet?**

Pregunte a su médico si usted debe tomar este tipo de medicamento si

- padece enfermedad renal o hepática en etapa avanzada
- consume cantidades excesivas de bebidas alcohólicas
- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando

## **¿Cuáles son los posibles efectos secundarios?**

Este tipo de píldora no produce una disminución de la glucosa sanguínea por sí solo. Pero su riesgo de tener disminución de la glucosa sanguínea aumenta si además toma

- píldoras para la diabetes que disminuyen la concentración sanguínea de glucosa
- insulina

Su médico tal vez le pida que tome una dosis menor de los otros medicamentos para la diabetes mientras toma este tipo de píldora.

Puede que tenga náuseas, diarrea o malestar de estómago cuando empiece a tomar este tipo de medicamento. Estos efectos secundarios tienden a desaparecer después de un tiempo.

En raras ocasiones ocurre un problema grave llamado acidosis láctica como efecto secundario del medicamento. Llame a su médico de inmediato si

- se siente débil y cansado
- se marea
- tiene mucho frío
- tiene dificultad para respirar

- siente dolor en los músculos y tiene problemas estomacales que le parezcan inusuales
- sufre un cambio repentino en la velocidad o el ritmo de los latidos de su corazón

A veces será necesario que deje de tomar este tipo de medicamento durante un tiempo corto, para evitar una acidosis láctica. Llame a su médico de inmediato si

- tiene vómito intenso, diarrea o fiebre
- no puede retener los líquidos que bebe

Hable con su médico con bastante anticipación acerca de dejar de tomar este tipo de medicamento si usted va a someterse a

- radiografías especiales que requieren la inyección de un medio de contraste
- una cirugía

Su médico le dirá cuándo puede volver a tomar el medicamento.

## Derivado de la D-fenilalanina

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Starlix	<input type="checkbox"/> nateglinida

### Efectos

En muchas personas con diabetes, el nivel de azúcar en la sangre aumenta demasiado después de comer. Este tipo de píldora ayuda al cuerpo a producir más insulina durante un período de tiempo breve, justo después de las comidas. De esta manera ayuda a evitar que el nivel de azúcar en la sangre aumente demasiado después de comer.

### Starlix no se recomienda en algunos casos

Informe a su médico si usted

- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando
- padece enfermedad hepática

### Posibles efectos secundarios

Los posibles efectos secundarios son

- nivel bajo de azúcar en la sangre (vea el Encarte N para obtener más información)
- aumento de peso
- mareos

## Inhibidor de DPP-4

### Inhibidor de la dipeptidil peptidasa-4

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Januvia	<input type="checkbox"/> fosfato de sitagliptina

### Efectos

Este tipo de píldora

- disminuye el nivel de azúcar en la sangre ayudando al cuerpo a producir más insulina cuando es necesario, especialmente justo después de las comidas
- ayuda a evitar que el azúcar almacenada en el hígado entre en la sangre

### Januvia no se recomienda en algunos casos

Informe a su médico si

- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando
- padece una enfermedad renal
- tiene diabetes tipo 1 y padece un trastorno llamado cetoacidosis diabética

## **Posibles efectos secundarios**

Este tipo de píldora no causa un nivel bajo de azúcar en la sangre por sí sola. Pero aumenta el riesgo de tener un nivel bajo de azúcar en la sangre si además toma

- píldoras para la diabetes que causan un nivel bajo de azúcar en la sangre
- insulina

Su médico tal vez le pida que tome una dosis menor de otras medicinas para la diabetes mientras toma este tipo de píldora.

Los posibles efectos secundarios son

- resfrío
- mucosidad nasal
- dolor de garganta
- dolor de cabeza

Si toma Januvia y tiene problemas renales, su médico podría pedirle otras pruebas de sangre para determinar si sus riñones funcionan adecuadamente.

## Meglitinida

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Prandin	<input type="checkbox"/> repaglinida

### Efectos

En muchas personas con diabetes, el nivel de azúcar en la sangre aumenta demasiado después de comer. Este tipo de píldora ayuda al cuerpo a producir más insulina durante un período de tiempo breve, justo después de las comidas. De esta manera ayuda a evitar que el nivel de azúcar en la sangre aumente demasiado después de comer.

### Prandin no se recomienda en algunos casos

Informe a su médico si

- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando
- padece enfermedad hepática

### Posibles efectos secundarios

Prandin puede causar

- nivel bajo de azúcar en la sangre (vea el Encarte N para obtener más información)
- aumento de peso
- malestar del estómago
- dolor de espalda o de cabeza

## Sulfonilurea

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Amaryl	<input type="checkbox"/> glimepirida
<input type="checkbox"/> DiaBet	<input type="checkbox"/> gliburida
<input type="checkbox"/> Diabinese	<input type="checkbox"/> clorpropamida
<input type="checkbox"/> Glucotrol	<input type="checkbox"/> glipizida
<input type="checkbox"/> Glucotrol XL	<input type="checkbox"/> glipizida (de acción prolongada)
<input type="checkbox"/> Glynase PresTab	<input type="checkbox"/> gliburida
<input type="checkbox"/> Micronase	<input type="checkbox"/> gliburida
	<b>Disponibles sólo en forma genérica:</b> <input type="checkbox"/> tolazamida <input type="checkbox"/> tolbutamida



## **Efectos**

Este tipo de píldora ayuda al cuerpo a producir más insulina. La insulina ayuda a disminuir el nivel de azúcar en la sangre.

## **Las sulfonilureas no se recomiendan en algunos casos**

Informe a su médico si

- es alérgico a medicamentos que contienen sulfa
- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando

## **Posibles efectos secundarios**

Los posibles efectos secundarios incluyen

- nivel bajo de azúcar en la sangre (vea el Encarte N para obtener más información)
- malestar del estómago
- sarpullido en la piel
- aumento de peso

## Tiazolidinediona

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Actos	<input type="checkbox"/> pioglitazona
<input type="checkbox"/> Avandia	<input type="checkbox"/> rosiglitazona

*Si está tomando la medicina tiazolidinediona que se llama pioglitazone (Actos) or una píldora combinada para la diabetes que contiene la pioglitazone: Vea los anuncios a continuación de la U.S. Food and Drug Administration (FDA), que en español se llama la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos, sobre esta píldora.*

Hable con su médico sobre las opciones de tratamiento antes de suspender sus medicamentos para la diabetes. Suspender los medicamentos para la diabetes sin consultar a su médico puede causarle graves problemas de salud a corto plazo y podría aumentar el riesgo de complicaciones de salud a largo plazo relacionadas con la diabetes.

Vea el Encarte K para obtener más información sobre las píldoras combinadas de diabetes que contienen pioglitazona o rosiglitazona.

**En junio de 2011, la FDA advirtió que el uso de Actos por más de 1 año podría estar asociado con un aumento del riesgo de cáncer de vejiga. La FDA recomendó que las personas que estén recibiendo tratamiento para el cáncer de vejiga no tomen Actos, y las personas con antecedentes de cáncer deben usar Actos con cautela. Esta advertencia también incluye las píldoras combinadas para la diabetes que contienen pioglitazona—Actoplus Met, Actoplus Met XR y Duetact; vea el Encarte K.**

Visite [www.fda.gov/Drugs/DrugSafety/ucm259150.htm](http://www.fda.gov/Drugs/DrugSafety/ucm259150.htm) (en inglés), o llame a la FDA al 1-888-INFO-FDA (1-888-463-6332) para obtener más información sobre las advertencias de la FDA relacionadas con el uso de Actos.

## ¿Cómo actúa este tipo de medicamento?

Este tipo de píldora ayuda a tratar la resistencia a la insulina. En las personas que padecen resistencia a la insulina, el cuerpo no usa la insulina como debería. Las tiazolidinedionas ayudan a que la insulina funcione adecuadamente. De esta manera, la concentración sanguínea de glucosa permanece en los niveles recomendados y las células del cuerpo obtienen la energía que necesitan.

## ¿Quiénes no deben tomar este tipo de píldora?

Las personas con insuficiencia cardíaca, también llamada insuficiencia cardíaca congestiva, no deben tomar este tipo de píldora.

**Este tipo de píldora puede provocar insuficiencia cardíaca o empeorarla.**

La insuficiencia cardíaca es una afección en la cual el corazón deja de bombear debidamente. Entonces, el cuerpo retiene demasiado líquido en las piernas, los tobillos y los pulmones.

Llame a su médico de inmediato si tiene síntomas de insuficiencia cardíaca. Las señales de advertencia incluyen

- inflamación en las piernas o en los tobillos
- gran aumento de peso en poco tiempo
- dificultad para respirar
- tos
- mucho cansancio

**Las personas que se encuentran bajo tratamiento para el cáncer de vejiga no deben tomar Actos o una combinación de píldoras que contengan pioglitazona.**

Si usted tiene antecedentes de cáncer de vejiga y está tomando Actos, consulte con su médico.

Además, pregúntele a su médico si recomienda que usted tome esta píldora si

- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando
- padece enfermedad hepática

### **¿Cuáles son los posibles efectos secundarios?**

Un efecto secundario grave es la insuficiencia cardíaca congestiva.

El cáncer de vejiga tiene más probabilidad de desarrollarse en las personas que toman Actos por más de 1 año. Consulte de inmediato con su médico si usted tiene los siguientes síntomas de cáncer de vejiga mientras toma Actos:

- orina rosada, roja o de color pardo oscuro, lo cual indica la presencia de sangre
- necesidad urgente de orinar o dolor al orinar
- dolor en la espalda o en la parte inferior del abdomen

Este tipo de píldora no causa una disminución de la glucosa sanguínea por sí sola, pero su riesgo de tener disminución de la glucosa sanguínea aumenta si además toma

- píldoras para la diabetes que disminuyen la concentración sanguínea de glucosa
- insulina

Su médico tal vez le pida que tome una dosis menor de otros medicamentos para la diabetes mientras toma este tipo de píldora.

Otros posibles efectos secundarios son

- anemia, una afección que puede causar mucho cansancio
- aumento de la probabilidad de embarazo, aun si está tomando píldoras anticonceptivas

Las mujeres que toman Actos, Avandia o píldoras combinadas para la diabetes que incluyen pioglitazona o rosiglitazona podrían tener más riesgo de fracturas óseas.

Si toma Actos o Avandia, pida a su proveedor de atención médica que le haga una prueba de hígado para verificar que funcione adecuadamente. Llame a su médico de inmediato si tiene cualquiera de los siguientes síntomas de enfermedad hepática:

- náuseas
- vómitos
- dolor de estómago
- cansancio
- orina oscura
- pérdida de apetito

## Píldoras con combinaciones de medicamentos para la diabetes

Muchas personas con diabetes necesitan más de un medicamento para controlar la diabetes. Si usted necesita más de un tipo de píldora para la diabetes, su proveedor de atención médica puede recetarle una píldora combinada. Este tipo de píldora combina dos tipos de medicamentos para la diabetes, para que usted tenga que tomar una sola pastilla en vez de dos.

### Las combinaciones de píldoras disponibles incluyen

**Vea la advertencia abajo;** estas medicinas contienen pioglitazona (Actos):

- Actoplus Met
- Actoplus Met XR
- Duetact

- Avandamet
- Avandaryl

- Glucovance
- Janumet
- Metaglip

*Si está tomando una píldora combinada para la diabetes que contiene la medicina tiazolinediona que se llama pioglitazone (Actos):* Vea los anuncios a continuación de la U.S. Food and Drug Administration (FDA), que en español se llama la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos, sobre esta píldora.

Hable con su médico sobre las opciones de tratamiento antes de suspender sus medicamentos para la diabetes. Suspender los medicamentos para la diabetes sin consultar con su médico puede causarle graves problemas de salud a corto plazo y podría aumentar el riesgo de complicaciones de salud a largo plazo relacionadas con la diabetes.

Vea el Encarte J para obtener más información sobre las tiazolinedionas.

**En junio de 2011, la FDA advirtió que el uso de Actos por más de 1 año podría estar asociado con un aumento del riesgo de cáncer de vejiga. La FDA recomendó que las personas que reciben tratamiento para el cáncer de vejiga no tomen Actos, y las personas con antecedentes de cáncer deben usar Actos con cautela. Esta advertencia también incluye las píldoras combinadas para la diabetes que contienen pioglitazona—Actoplus Met, Actoplus Met XR y Duetact.**

Visite [www.fda.gov/Drugs/DrugSafety/ucm259150.htm](http://www.fda.gov/Drugs/DrugSafety/ucm259150.htm) (en inglés), o llame a la FDA al 1-888-INFO-FDA (1-888-463-6332) para obtener más información sobre las restricciones de la FDA relacionadas con el uso de Actos.



Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Actoplus Met	<input type="checkbox"/> pioglitazona + metformina
<input type="checkbox"/> Actoplus Met XR	
<input type="checkbox"/> Avandamet	<input type="checkbox"/> rosiglitazona + metformina

## ¿Cómo actúa este tipo de medicamento?

Actoplus Met, Actoplus Met XR y Avandamet son una combinación de dos tipos de medicamentos. Un tipo disminuye la cantidad de glucosa que produce el hígado. Ambos tipos ayudan a que la insulina funcione debidamente. Actoplus Met XR contiene un tipo de metformina de liberación prolongada junto con la pioglitazona.

Para obtener más información sobre los tipos de píldoras en Actoplus Met, Actoplus Met XR y Avandamet, vea

- el Encarte J, que contiene información sobre la pioglitazona y rosiglitazona (tiazolidinedionas)
- el Encarte E, que contiene información sobre la metformina (una biguanida)

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Avandaryl	<input type="checkbox"/> rosiglitazona + glimepirida
<input type="checkbox"/> Duetact	<input type="checkbox"/> pioglitazona + glimepirida

## ¿Cómo actúa este tipo de medicamento?

Avandaryl y Duetact son una combinación de dos tipos de medicamentos. Un tipo ayuda a que la insulina funcione debidamente, y el otro ayuda al cuerpo a producir más insulina.

Para obtener más información sobre los tipos de medicamentos que contienen Avandaryl y Duetact, vea

- el Encarte J, que contiene información sobre la pioglitazona y rosiglitazona (tiazolidinedionas)
- el Encarte I, que contiene información sobre la glimepirida (una sulfoniluria)

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Glucovance	<input type="checkbox"/> gliburida + metformina

### ¿Cómo actúa este tipo de medicamento?

Glucovance es una combinación de dos tipos de medicamentos. Un tipo ayuda al cuerpo a producir más insulina, y el otro disminuye la cantidad de glucosa que produce el hígado y ayuda a que la insulina funcione debidamente.

Para obtener más información sobre los tipos de píldoras en Glucovance, vea

- el Encarte I, que contiene información sobre la gliburida (una sulfonilurea)
- el Encarte E, que contiene información sobre la metformina (una biguanida)

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Janumet	<input type="checkbox"/> sitagliptina + metformina

### ¿Cómo actúa este tipo de medicamento?

Janumet es una combinación de dos tipos de medicamentos. Un tipo ayuda al cuerpo a producir más insulina cuando es necesario, especialmente justo después de comer, y también ayuda a evitar que la glucosa almacenada en el hígado entre en la sangre. El otro disminuye la cantidad de glucosa que produce el hígado y ayuda a que la insulina funcione debidamente.

Para obtener más información sobre los tipos de píldoras en Janumet, vea

- el Encarte G, que contiene información sobre la sitagliptina (un inhibidor de DPP-4)
- el Encarte E, que contiene información sobre la metformina (una biguanida)

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Metaglip	<input type="checkbox"/> glipizida + metformina

### ¿Cómo actúa este tipo de medicamento?

Metaglip es una combinación de dos tipos de medicamentos. Un tipo ayuda al cuerpo a producir más insulina, y el otro disminuye la cantidad de glucosa que produce el hígado y ayuda a que la insulina funcione debidamente.

Para obtener más información sobre los tipos de píldoras en Metaglip, vea

- el Encarte I, que contiene información sobre la glipizida (una sulfonilurea)
- el Encarte E, que contiene información sobre la metformina (una biguanida)

## Miméticos de amilina

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Symlin	<input type="checkbox"/> acetato de pramlintida

### Efectos

#### Symlin

- ayuda a evitar que el nivel de azúcar en la sangre aumente demasiado después de comer, un problema común en la diabetes, haciendo que la comida mueva más lentamente a través del estómago
- ayuda a evitar que el azúcar almacenada en el hígado entre en la sangre
- previene el hambre en algunas personas, ayudándolas a comer menos y aun bajar de peso

Symlin es una medicina inyectable para personas que toman insulina. No obstante, siempre debe usar una jeringa distinta a la de insulina para inyectarse Symlin. Symlin no se usa en vez de la insulina. Sin embargo, si toma Symlin tal vez sea necesario cambiar la cantidad de insulina que toma.

### Symlin no se recomienda en algunos casos

#### Informe a su médico si

- ha tenido recientemente un nivel gravemente bajo de azúcar en la sangre
- padece hipoglucemia asintomática

- tiene problemas del estómago causados por daño nervioso relacionado con la diabetes
- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando

Las personas con hipoglucemia asintomática (“hypoglycemia unawareness” en inglés) pueden tener un nivel bajo de azúcar en la sangre sin saberlo. Estas personas no presentan los síntomas que normalmente indican un nivel bajo de azúcar en la sangre.

No se ha estudiado Symlin para uso en niños.

En algunos casos es necesario dejar de tomar Symlin. No debería tomar Symlin

- si va a someterse a cirugía
- está enfermo y no puede comer

Hable con su médico para saber si hay otras ocasiones en las que no debería tomarlo.

## **Posibles efectos secundarios**

Symlin puede causar

- náuseas y vómitos, que son más frecuentes cuando empieza a tomar Symlin
- inflamación, enrojecimiento o picazón en la piel donde se inyecta el Symlin
- dolor de cabeza
- disminución del apetito
- dolor de estómago e indigestión
- cansancio
- mareos

Symlin no causa un nivel bajo de azúcar en la sangre por sí sola. Pero aumenta el riesgo de tener un nivel bajo de azúcar en la sangre porque se toma siempre con insulina.

## Mimético de incretina

Marca	Nombre genérico
<input type="checkbox"/> Byetta	<input type="checkbox"/> exenatida

### Efectos

#### Byetta

- ayuda al cuerpo a producir más insulina cuando es necesario
- ayuda a evitar que el nivel de azúcar en la sangre aumente demasiado después de comer, un problema común en la diabetes que hace que la comida mueva más lentamente a través del estómago
- ayuda a evitar que el azúcar almacenada en el hígado entre en la sangre
- previene el hambre en algunas personas, ayudándolas a comer menos y aun bajar de peso

Byetta no se usa en vez de la insulina.

### Byetta no se recomienda en algunos casos

Informe a su médico si

- tiene problemas graves del estómago o digestivos
- padece cualquier síntoma de enfermedad de los riñones o se somete a diálisis
- está embarazada, planificando un embarazo o amamantando
- tiene diabetes tipo 1

No se ha estudiado Byetta para uso en niños.

## Posibles efectos secundarios

Byetta puede causar

- náuseas y vómitos, que son más comunes cuando empieza a tomarla
- dolor de cabeza
- diarrea
- mareos

Byetta también puede causar acidez estomacal o producir nerviosismo.

### **Si toma Byetta: Lo que usted debe saber sobre los problemas de los riñones**

Hable de inmediato con su médico si nota cualquiera de los siguientes síntomas:

- cambios en el color de la orina, en la cantidad de veces que orina o en la cantidad de orina que expulsa
- hinchazón de las manos o pies
- fatiga
- cambios en el apetito o en la digestión
- un dolor sordo en la mitad a la parte baja de la espalda

Este tipo de medicina no causa un nivel bajo de azúcar en la sangre por sí sola. Pero aumenta el riesgo de tener un nivel bajo de azúcar en la sangre si además toma

- píldoras para la diabetes que causan un nivel bajo de azúcar en la sangre
- insulina

Su médico tal vez le pida que tome una dosis menor de otras medicinas para la diabetes mientras toma este tipo de medicina.



## Información sobre el nivel bajo de azúcar en la sangre

El nivel bajo de azúcar en la sangre

- es un problema de salud
- ocurre cuando el nivel de azúcar en la sangre esté más bajo que lo normal, es decir, menos de 70 mg/dL
- también se conoce como hipoglucemia

Si no come o bebe algo para recuperar un nivel normal de azúcar en la sangre, es posible que se desmaye. En este caso podría necesitar tratamiento de emergencia en un hospital. Si tiene un nivel bajo de azúcar en la sangre varias veces por semana, informe a su médico o a su educador en diabetes. Puede que necesite cambiar sus medicinas para la diabetes, su plan de comidas o su rutina de actividad física.

### Posibles causas de un nivel bajo de azúcar en la sangre

#### Medicinas para la diabetes

Algunos tipos de medicinas para la diabetes pueden causar este problema si no hay un equilibrio entre las medicinas, la alimentación y la actividad. Hable con su médico para saber si sus medicinas para la diabetes pueden provocar un nivel bajo de azúcar en la sangre.

Otros tipos no causan el problema por sí solos. Pero cuando se combinan con ciertas medicinas para la diabetes, la combinación puede aumentar el riesgo de tener un nivel bajo de azúcar en la sangre. Hable con su médico para saber si hay ciertas medicinas para la diabetes que no debería tomar por esta razón.

## Otras causas posibles

El nivel bajo de azúcar en la sangre puede ocurrir al

- saltarse o retrasar una comida
- comer muy poco durante una comida
- hacer más ejercicio de lo habitual
- consumir bebidas alcohólicas con el estómago vacío

## Síntomas de un nivel bajo de azúcar en la sangre

Un nivel bajo de azúcar en la sangre puede causar

- hambre
- temblores
- confusión
- mareos
- sudor
- ansiedad
- nerviosismo
- somnolencia
- debilidad

Usted puede tener un nivel bajo de azúcar en la sangre mientras duerme. Durante el sueño, puede causarle pesadillas y sudor. Al despertar, es posible que sienta cansancio, confusión o que le duela la cabeza.

## Qué hacer si tiene un nivel bajo de azúcar en la sangre

Si tiene síntomas de un nivel bajo de azúcar en la sangre, siga estos pasos:

1. Mídase el nivel de azúcar en la sangre con su medidor.
2. Si está menor de 70 mg/dL, coma de inmediato una porción de una comida o bebida de acción rápida. Vea la sección **Comidas y bebidas de acción rápida** en la siguiente página. Si no puede medirse el nivel de azúcar en la sangre pero piensa que está bajo, consuma algo que aparece en esta lista.

3. Después de 15 minutos, vuelva a medirse el nivel de azúcar en la sangre. Si aún está menor de 70 mg/dL, consuma otra porción de una comida o bebida de acción rápida.
4. Vuelva a medirse el nivel de azúcar en la sangre en otros 15 minutos. Si el resultado es 70 mg/dL o mayor, se sentirá mejor pronto. Si su nivel de azúcar en la sangre aún está bajo, consuma otra porción de una comida o bebida de acción rápida. Repita estos pasos hasta que su nivel de azúcar en la sangre llegue a 70 mg/dL o más.
5. Cuando haya logrado un nivel de 70 mg/dL o mayor, piense en cuándo será su próxima comida. Si falta más de una hora para su próxima comida, coma una merienda.

### Comidas y bebidas de acción rápida


- 3 ó 4 tabletas de glucosa
- 1 porción de gel de glucosa, la cantidad igual a 15 gramos de carbohidrato
- 1/2 taza (4 onzas/120 mL) de cualquier tipo de jugo de frutas
- 1/2 taza (4 onzas/120 mL) de soda regular, **no dietética**
- 1 taza (8 onzas/240 mL) de leche
- 5 ó 6 caramelos duros
- 1 cucharada de azúcar o miel

Lleve siempre consigo una comida o bebida de acción rápida. También puede tener comidas de acción rápida en el auto, en el trabajo o dondequiera que vaya. Así estará preparado para tratar un nivel bajo de azúcar en la sangre en cualquier momento.



National Institute of  
Diabetes and Digestive  
and Kidney Diseases

NIH Publication No. 14-4222S  
Diciembre 2013

 El NIDDK imprime en papel reciclado con tinta de base biológica.