

11.5. Diabetes tipo 2. Tratamiento con antidiabéticos orales

El **tratamiento fundamental** de la diabetes tipo 2 es la alimentación correcta y equilibrada y el ejercicio físico. Además, debe dejar de fumar y controlar su presión arterial y la grasa de la sangre (colesterol).

Si después de unos meses estas medidas no son suficientes y sus análisis de sangre dan unos valores de glucosa elevados o de hemoglobina glucosilada superior al 7-8%, le indicarán que tome pastillas (antidiabéticos orales) para reducir el azúcar.

Existen siete familias de medicamentos orales para tratar la diabetes, aunque hay muchas marcas comerciales:

- La **metformina** y las **glitazonas** mejoran el control del azúcar en la sangre o reducen la resistencia a la insulina.
- Las **sulfonilureas**, las **glinidas** y los potenciadores de las incretinas (gliptinos e incentivos): bajan el azúcar porque aumentan la producción de insulina por el páncreas.
- Los **inhibidores de la alfa-glucosidasa**: retrasan la digestión (absorción) de los azúcares.
- Las **glifozinas**: aumentan la eliminación de azúcar por la orina.

En general, estos medicamentos suelen ser bien tolerados, sobre todo si se va incrementando la dosis poco a poco. Algunos pueden producir bajadas excesivas de azúcar (hipoglucemias) o molestias abdominales (gases, dolor, náuseas, diarreas) u otros efectos indeseables que con frecuencia se resuelven con el tiempo.

Los antidiabéticos orales presentan algunas contraindicaciones y no pueden tomarse durante el embarazo.

¿Qué puede hacer?

- Siga siempre las indicaciones de su médico o enfermera sobre cuántas veces al día y cómo debe tomar los medicamentos.
- **Tome las pastillas** todos los días y a la hora indicada respecto a las comidas. Recuerde y lleve apuntado los nombres y dosis de los fármacos que está tomando. No modifique la dosis, salvo por indicación médica.
- Si nota una **bajada de azúcar**, tome rápidamente un suplemento de azúcar (por ejemplo, 2 sobrecitos de azúcar o medio vaso de zumo o medio vaso de refresco azucarado o 3-4 caramelos con azúcar) y, a continuación, coma un tentempié (1 pieza de fruta o 1 vaso de zumo o 1 bocadillo pequeño o 3 galletas María).
- Si le van a **operar** o le van a hacer **radiografías con contraste**, hay algunas pastillas cuya administración conviene suspender durante unos días; consúltelo con su médico o anestésista.
- Si usted tiene fiebre o vómitos o diarrea, puede no ser suficiente el tratamiento actual para controlar el azúcar. Esos días realice controles de glucosa en el dedo antes de cada comida y dígaselo a su médica o médico por si es necesario cambiar o complementar el tratamiento.
- No deje los medicamentos sin consultar con su médico.
- Lleve siempre encima un **suplemento de azúcar**.
- Según sea su riesgo cardiovascular, es posible que además precise medicamentos para el control de la presión o el colesterol, y en algunos casos puede aconsejarse tomar ácido acetilsalicílico para mejorar la circulación de la sangre. Todo esto es importante para su salud.

¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Siempre que tenga dudas sobre cómo tomar las pastillas.
- Si nota molestias de estómago, dolor abdominal o diarrea, infecciones urinarias, cansancio, etc.
- Si presenta bajadas de azúcar.
- Si los controles de azúcar en el dedo están demasiado altos de forma repetida (más de 140 mg/dL antes de las comidas y más de 180 mg/dL 2 horas después de las mismas).

¿Dónde conseguir más información?

- <https://fedesp.es/diabetes/tratamiento-control/>
- http://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/contenidos/publicaciones/datos/638/pdf/educacion_supervivencia_2016_definitivo.pdf
- <https://es.familydoctor.org/medicamentos-orales-para-la-diabetes/>
- <http://archives.diabetes.org/es/vivir-con-diabetes/tratamiento-y-cuidado/medicamentos/medicamentos-por-va-oral/>

¿Cuándo dijo el doctor que debo tomar mis pastillas para la diabetes?

