

# La diabetes tipo 2 y la insulina

## ¿Qué es la insulina?

La insulina es una hormona que ayuda al azúcar a pasar de la sangre a las células. La insulina es producida por las células beta en el páncreas.

Las células necesitan azúcar como fuente de energía. El azúcar de los alimentos aumenta el nivel de azúcar en la sangre. La insulina regula los niveles de azúcar en la sangre ayudando a que el azúcar pase de la sangre a las células. La imagen de abajo al lado derecho de esta página muestra una versión simple de cómo esto sucede.

Si tiene diabetes tipo 2, su cuerpo evita que la insulina que produce funcione adecuadamente.

Esto se conoce como “resistencia a la insulina”. O quizás su cuerpo no produce suficiente insulina, o ambos.

## ¿Cómo puede ayudar la insulina con la diabetes tipo 2?

Muchas personas con diabetes tipo 2 siguen planes de comidas y rutinas de actividad física para ayudar a manejar el azúcar en la sangre. Pero seguir un plan de comidas y mantenerse activo a menudo no es suficiente para mantener el azúcar en la sangre bajo control. Por lo general, se necesitan medicamentos.

En la diabetes tipo 2, muchas personas encuentran que, a medida que sus células beta en el páncreas dejan de funcionar con el tiempo, es posible que necesiten insulina. Si le han dicho que podría beneficiarse con la insulina, pero se retrasó al comenzar, no está solo. Muchas personas se preocupan por tener que inyectarse a sí mismos. Se preguntan si la insulina tiene efectos secundarios. Se preguntan si la insulina interferirá con sus vidas. Usted puede hablar de estas y otras inquietudes con su profesional de la salud.

Hoy en día existen muchos productos y dispositivos de insulina disponibles para tratar todas las etapas de la diabetes tipo 2. Usted y su profesional de la salud pueden trabajar juntos para encontrar los productos para la diabetes que sean adecuados para su caso.

## ¿Tiene la insulina algún efecto secundario?

Aunque la insulina es una hormona que produce el cuerpo, inyectarla puede causar algunos efectos secundarios. Aquí hay algunos a tener en cuenta:

### ■ Bajo nivel de azúcar en la sangre.

Es posible que tenga un nivel bajo de azúcar en la sangre si usa demasiada insulina, no come lo suficiente para la dosis de insulina que está usando o si está más activo de lo normal. Hable con su equipo de atención médica sobre qué hacer con el nivel bajo de azúcar en la sangre. Si su nivel es demasiado bajo, usted puede sentir:

- Debilidad o cansancio
- Hambre
- Mareos o temblores
- Nervios o molestia
- Sudor
- Confusión
- Sueño
- Cambios en su estado de ánimo
- Dolor de cabeza

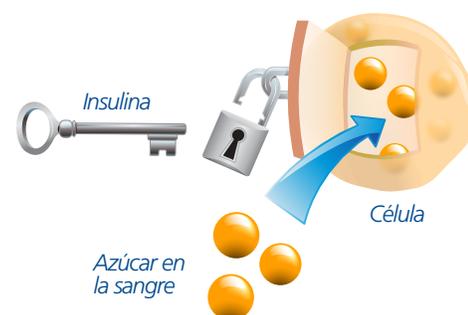
### ■ Aumento de peso

Algunos pacientes pueden subir de peso.

### ■ Enrojecimiento, hinchazón o picazón en el lugar donde se inyecta

Si ocurre esta reacción, avísele a su profesional de la salud. Cambiar a un tipo diferente de insulina puede resolver el problema.

Es posible que algunas personas no presenten señales de un bajo nivel de azúcar en la sangre antes de tener un problema. Esta es otra razón por la que es importante revisarse el azúcar en la sangre con frecuencia.



# La diabetes tipo 2 y la insulina

## ¿Cuáles son los diferentes tipos de insulina?

Hay muchos tipos de medicamentos de insulina. Cada uno de ellos trabaja a un ritmo diferente para imitar de cerca la forma en que el cuerpo libera normalmente la insulina. Cada uno tiene:

- Un inicio de acción (cuando el medicamento empieza a funcionar)
- Un momento de máxima acción (cuando su efecto sobre el azúcar en la sangre es más fuerte)
- Una duración de la acción (por cuánto tiempo actúa)

Algunos tipos de insulina son de acción prolongada y no dependen de los alimentos que uno consume; por lo tanto, se administran a la misma hora todos los días. Otros se administran a la hora de las comidas para evitar el aumento del azúcar en la sangre que se produce al ingerir alimentos. Su médico le recetará el tipo de insulina que sea mejor para usted.

Cada tipo de insulina puede ayudar a mantener la diabetes bajo control. Pero ningún tipo es correcto para todos. La necesidad de insulina de cada persona es diferente. Y la necesidad de insulina de cada persona puede cambiar con el tiempo.

## Diseñar su plan de insulina

Todas las personas que se administran insulina deben tener un plan personal de insulina. Su equipo del cuidado de la diabetes puede ayudarle a diseñar un plan que funcione para usted.

Su plan de insulina le ayudará a imitar de cerca la forma en que un cuerpo sin diabetes produce insulina.

Su plan le dirá:

- Qué tipo de insulina se debe administrar
- Cuánta insulina se debe administrar
- Cuándo administrársela

Su plan tomará como base:

- Cuándo y cuánto come
- Su nivel actual de azúcar en la sangre
- Su nivel de actividad física
- Su estilo de vida

La necesidad de insulina de su cuerpo sube y baja todo el día. Su necesidad de insulina depende de lo que esté haciendo y de la cantidad de azúcar en la sangre. Su plan de insulina tendrá en cuenta estos cambios.

Tipo de insulina	Cuánto tarda para empezar a funcionar	Cuando está funcionando al máximo	Cuánto tiempo dura
<b>Usada con las comidas para evitar que suba el azúcar en la sangre</b>			
Insulina analog de acción rápida	15 minutos	30 a 90 minutos	3 a 5 horas
Insulina humana de acción corta	30 a 60 minutos	2 a 4 horas	5 a 8 horas
<b>Usada para mantener estable el azúcar en la sangre durante el día y la noche</b>			
Insulina humana de acción intermedia	1 a 3 horas	8 horas	12 a 16 horas
Insulina analog de acción prolongada	1 hora	No incremento notable	20 a 26 horas

Para más información visite [espanol.Cornerstones4Care.com](http://espanol.Cornerstones4Care.com)

Novo Nordisk Inc. permite la reproducción de este contenido para propósitos educativos sin fines de lucro, siempre y cuando se mantenga la publicación en su formato original y se incluya el aviso de derechos de autor. Novo Nordisk Inc. se reserva el derecho de revocar este permiso en cualquier momento.

Cornerstones4Care® es una marca registrada de Novo Nordisk A/S.

Novo Nordisk es una marca registrada de Novo Nordisk A/S.

© 2020 Novo Nordisk Impreso en EE. UU. US19PAT00112 Febrero de 2020 [espanol.Cornerstones4Care.com](http://espanol.Cornerstones4Care.com)

