

¿Cuáles son los beneficios de tratar los picos de glucosa posprandial?

Mejorar el control de la enfermedad y disminuir las complicaciones a largo plazo que son causa de incapacidad y de una disminución en la calidad de vida.



Pregunta a tu médico acerca del automonitoreo y de los beneficios de tratar los picos de glucosa posprandial

1. American Diabetes Association. Postprandial Blood Glucose. *Diabetes Care* 2001; 24 (4): 775-778.
2. Ceriello A, et al. Postprandial glucose regulation and diabetes complications. *Arch Intern Med* 2004; 164: 2090-2095.
3. Ceriello A, Cavarape A, et al. The post-prandial state in Type 2 diabetes and endothelial dysfunction: effects of insulin aspart. *Diabet Med* 2004; 21(2): 171-5.
4. Campbell RK, White JR, et al. The clinical importance of postprandial hyperglycemia. *Diabet Educ* 2001; 27 (5): 624-637.
5. Recomendaciones para adultos con diabetes. Standard of Medical Care in Diabetes 2006. *American Diabetes Association*. 29 supplement S4.
6. Metas de tratamiento. Uso de insulinas en el tratamiento de la diabetes mellitus tipo 1 y 2. Secretaría de Salud. Proyecto de modificación de la Norma Oficial Mexicana para la prevención, tratamiento y control de la diabetes mellitus. 2005: 21.

GLOSARIO:

Glucosa: Tipo de azúcar que es la principal fuente de energía para el cuerpo.

Posprandial: Referente a un período después de la ingestión de alimentos.

Automonitoreo: Vigilancia de la glucosa realizada por uno mismo.

Glucómetro: Aparato que sirve para medir la cantidad de azúcar en la sangre.

Insulina: La insulina es una hormona producida por el cuerpo, específicamente en unas células llamadas "células beta de los islotes de Langerhans" en el páncreas. La insulina es esencial para el metabolismo de la glucosa (azúcar) y proporcionar la energía que el cuerpo necesita para realizar sus actividades normales.

Con afecto para las personas con diabetes



CONSULTA A TU MÉDICO

Novo Nordisk®
Montes Urales No. 715
Col. Lomas de Chapultepec
CP 11000, Del. Miguel Hidalgo
México, D.F.

Tel. (55) 5002 6686
Lada sin costo 01 800 288 6686

"Cambiemos la diabetes"



¿HABÍAS ESCUCHADO ALGUNA VEZ HABLAR DE LA

Glucosa Posprandial?



¿QUÉ ES LA

Glucosa Posprandial?¹

La glucosa posprandial es el nivel de glucosa (azúcar) en sangre que se encuentra 2 horas después de haber comido. Este nivel varía durante el día, ya que depende del tipo y cantidad de comida que ingerimos, así como de la actividad física que realizamos. Si tomamos en consideración que durante el día realizamos varias comidas, entonces existen varios niveles de glucosa posprandial.

A esto se le conoce como **"Picos de Glucosa Posprandial"**



¿Qué tienen de importante estos picos de glucosa posprandial?²⁻⁴

Los picos de glucosa posprandial pueden causar daño directo a las arterias, aumentando el riesgo de padecer enfermedades del corazón.

¿Existe alguna forma de saber si tengo la glucosa posprandial elevada?

Sí, a través de pruebas de glucosa.

La más común es en tu consulta médica. El doctor pedirá que te realices exámenes de laboratorio para ver como está funcionando el tratamiento que estás tomando, por rutina normalmente se hace cada tres meses, esta prueba se llama hemoglobina glucosilada, lo ideal es tener menos de 7%.⁵



La otra forma es el "automonitoreo" que consiste en medirte tú mismo los niveles de glucosa en sangre con un aparato que se llama glucómetro.

Puedes realizarlo en tu casa 2 horas después de haber comido. Es importante llevarlo a cabo, ya que te da una guía de cómo está el control de la diabetes y con esta información tu médico podrá tomar las medidas necesarias junto contigo para ajustar, o cambiar el tratamiento en un período de tiempo menor.



¿Cuáles son los niveles normales de glucosa posprandial?

Se considera normal un nivel por debajo de 140 mg/dL después de dos horas de haber comido.⁶



¿Existe algún tratamiento específico para los picos de glucosa posprandial?

Sí, recientemente se han desarrollado medicamentos orales e insulinas que controlan la elevación de estos picos.