

Medicamento para la diabetes: metformina

¿Qué es la metformina?

La metformina es un medicamento que se utiliza para tratar la diabetes tipo 2 y la resistencia a la insulina. La metformina se toma por vía oral (por la boca) en pastilla. Al igual que otros medicamentos para la diabetes, funciona mejor cuando usted cumple con el resto de su plan de tratamiento. Esto significa medir su nivel de glucosa en la sangre periódicamente, seguir su plan de alimentación y hacer ejercicios todos los días.

¿Cómo actúa?

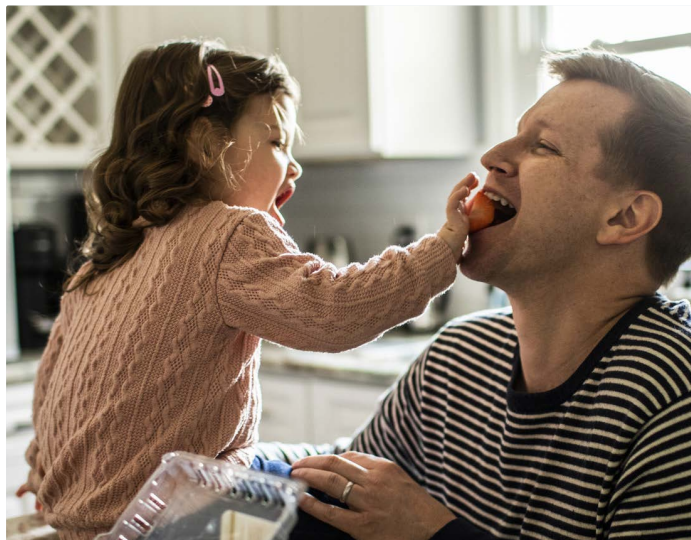
La metformina ayuda a bajar la glucosa (azúcar) en la sangre. Lo hace al:

- **Reducir la cantidad de glucosa liberada por su hígado.** Menos glucosa entra al torrente sanguíneo.
- **Aumentar la capacidad de sus músculos de usar glucosa para obtener energía.** Conforme se usa más glucosa, sale más glucosa del torrente sanguíneo.

¿Por qué la metformina es importante para mi salud?

La metformina no puede curar su diabetes. Pero, al ayudar a controlar su nivel de glucosa en la sangre, reduce las posibilidades de que su diabetes cause problemas graves.

Cuando se tiene diabetes tipo 2, es importante controlar la glucosa en sangre. Con el tiempo, los niveles altos de glucosa pueden dañar los vasos sanguíneos y los nervios, lo que puede provocar un ataque cardíaco o un derrame cerebral, enfermedades renales y oculares, y problemas en los dientes, los pies y la piel. Si además se tiene presión arterial alta o colesterol alto, como ocurre con muchas personas con diabetes, el riesgo de padecer estos problemas es aún mayor. (Por eso es fundamental tomar siempre los medicamentos para la presión arterial o el colesterol, además de los medicamentos para la diabetes).



¿La metformina causa hipoglucemia (baja azúcar en la sangre)?

No. Por sí misma, la metformina no causa hipoglucemia. Pero combinada con otros medicamentos, ejercicio vigoroso, o muy poco alimento, puede causar que baje demasiado la glucosa en la sangre.

Ya que un bajo nivel de glucosa en la sangre puede ser peligroso, asegúrese de que usted y su familia conozcan los síntomas. Éstos incluyen sentirse tembloroso, sudoroso, hambriento e irritable. Si tiene estos síntomas, tome un poco de azúcar de acción rápida. Una buena fuente de este tipo de azúcar son 3 ó 4 tabletas de glucosa, media taza de jugo de fruta o bebida gaseosa (refresco), o una cucharada de miel o azúcar.

Mi medicamento (nombre): _____

Dosis (mg por píldora): _____

Cuánta cantidad tomar/cuándo tomarlo: _____

Otras instrucciones: _____

Pautas para tomar metformina

Al tomar cualquier medicamento, incluyendo metformina, siempre debe seguir las instrucciones específicas de su médico. En general, siga estas pautas:

- **Si no observa de inmediato un cambio en su nivel de glucosa en la sangre**, no deje de tomar la metformina. La metformina tarda entre 3 y 4 semanas en surtir su efecto completo.
- **Aún si desaparecen sus síntomas o determina que ya se siente bien**, no deje de tomar la metformina. Necesita este medicamento para mantenerse saludable.
- **Si olvida tomar una dosis, tómela tan pronto como se acuerde**. Si ya es hora de su próxima dosis, simplemente tome la cantidad habitual. **NO duplique su dosis**.
- **Si toma metformina de liberación prolongada (Glucophage XR)**, asegúrese de tragar la pastilla entera. No mastique, triture ni parta la pastilla.
- **Si su plan de comidas cambia**, su dosis de metformina deberá seguir siendo la misma.
- **Si está enfermo**, por lo general debe seguir tomando la metformina según lo prescrito. Sin embargo, si tiene vómitos o deshidratación, deje de tomar su metformina. Llame a su médico para mayores instrucciones.
- **Si tiene programado un procedimiento médico o dental**, asegúrese de que el médico y las enfermeras sepan que está tomando metformina. Podría necesitar dejar de tomarla durante un breve período si tiene que ayunar (no comer) antes del procedimiento o si debe someterse a una cirugía o rayos X que usan tinte de contraste. Asegúrese de pedir instrucciones a su cirujano, dentista o proveedor de atención de la diabetes.

¿Cuáles son los efectos secundarios?

Los efectos secundarios de la metformina son **náuseas, diarrea, gases y malestar estomacal**. Son más comunes cuando recién la empieza a tomar y, por lo general, desaparecen por sí solos. Para reducir estos efectos secundarios, intente tomar su metformina junto con una comida. Si sus síntomas no mejoran en el término de 2 semanas, hable con su equipo de atención de la diabetes acerca de las ideas para aliviarlos.

El uso prolongado de la metformina también puede provocar **deficiencia de vitamina B12** (su cuerpo no tiene suficiente cantidad). Su médico puede indicar una prueba de laboratorio para medir los niveles de vitamina B12 en su sangre.

La **acidosis láctica** es un efecto secundario muy raro, pero grave. Sucede más a menudo en las personas con enfermedades hepáticas, renales o pulmonares. **Llame a su médico de inmediato** si tiene alguno de estos síntomas de acidosis láctica:

- Debilidad
- Dolor de estómago severo
- Respiración acelerada y superficial
- Somnolencia
- Calambre muscular

¿Cuándo debo llamar a mi médico?

Llame a su equipo de atención de la diabetes si:

- Tiene preguntas sobre cómo tomar su medicamento.
- Está pensando en dejar de tomar su medicamento. **Nunca deje de tomarlo sin antes hablar con su médico.**
- Está enfermo o cree que podría estar deshidratado.
- Tiene efectos secundarios que no desaparecen.
- Tiene síntomas de acidosis láctica (vea arriba “¿Cuáles son los efectos secundarios?”).