

# Medicamentos para la diabetes: *insulina*

## ¿Qué es la insulina?

La insulina es una hormona que se usa para tratar la diabetes. Se administra con una inyección o con una bomba de insulina. Como con otros medicamentos para la diabetes, funciona mejor cuando usted sigue el resto de su plan de tratamiento. Esto significa medir su nivel de glucosa en la sangre periódicamente, seguir su plan alimenticio, y hacer ejercicios todos los días.

## ¿Qué hace la insulina?

El medicamento insulina funciona como la insulina elaborada en un páncreas saludable: ayuda a sacar la glucosa (azúcar) de su torrente sanguíneo y dentro de las células de su cuerpo.

Hay muchos tipos de insulina. Algunos funcionan de inmediato y no duran mucho. Otros actúan más lentamente, durante un período más prolongado. Su médico explicará qué tipo utiliza y cómo tomarla de forma apropiada. Usted puede encontrar una tabla que enumera los tipos de insulina y cómo funcionan en su cuerpo en la [página 3](#) de este documento.

## ¿Por qué es importante la insulina para mi salud?

Si usted tiene **diabetes tipo 1**, ya sabe que necesita insulina todos los días para vivir. Sin insulina, su cuerpo no puede obtener combustible de la comida.

Las personas con **diabetes tipo 2** con el tiempo elaboran menos insulina, de modo que las inyecciones de insulina con frecuencia se hacen necesarias posteriormente. Su médico también puede recomendar inyecciones si usted tiene diabetes gestacional. Agregar insulina a su plan de tratamiento ayuda a su cuerpo a controlar mejor la glucosa en la sangre y disminuye la posibilidad de que la diabetes cause graves problemas.



## ¿Qué debo hacer ahora?

Siempre siga las instrucciones específicas de su médico para tomar insulina. En general:

- 1 No deje de tomar insulina, incluso si usted se "siente bien" o sus síntomas desaparecen.** Usted la necesita para seguir bien.
- 2 No cambie su dosis** de insulina, incluso si cambia su plan alimenticio (por ejemplo, usted come en exceso o se salta una comida). Solo cambie su dosis si su médico se lo indica.
- 3 Si está enfermo, mida su nivel de glucosa en la sangre con más frecuencia** y continúe tomando su insulina según las indicaciones. La enfermedad puede cambiar su necesidad de insulina. Solo las mediciones periódicas del nivel de glucosa en la sangre le dirán si usted debe ajustar su dosis.
- 4 Llame a su médico** si tiene vómitos continuos o fiebre de 101 °F (38 °C) durante más de 8 horas.

## ¿Por qué simplemente no puedo tomar una píldora?

Hasta ahora, la insulina en píldoras no ha funcionado. La insulina es una forma de proteína. Cuando se toma por vía oral, es digerida por los ácidos estomacales, tal como la proteína en los alimentos. Esto destruye la insulina antes de que tenga oportunidad de funcionar.

Ahora mismo, las formas más comunes de administrar insulina son mediante inyección con una aguja y jeringa o con una pluma de insulina desechable. Pídale a su proveedor de atención de la diabetes una copia del folleto informativo de Intermountain llamado ***Giving Insulin Injections (Shots)*** (***Administrar inyecciones de insulina***) para ver las instrucciones sobre cómo administrar insulina con una jeringa o pluma de insulina.



## ¿Cuáles son los efectos secundarios de la insulina?

El efecto secundario más común de la insulina es la **baja glucosa en la sangre (hipoglucemia)**. La hipoglucemia puede sobrevenir repentinamente, haciendo que usted se sienta **agitado, sudoroso, débil, irritable, con hambre o mareado**. Asegúrese de que usted y su familia conozcan estos síntomas. Son señal de que usted debe ingerir un carbohidrato de acción rápida, tal como media taza de jugo de fruta o refresco normal, 1 taza de leche o 3 a 4 tabletas de glucosa. Para ayudar a evitar este efecto secundario, mida su nivel de glucosa en la sangre con frecuencia. Esto permitirá que usted actúe con facilidad si su nivel de glucosa en la sangre empieza a disminuir demasiado.

## ¿Cómo almaceno mi insulina?

Para asegurar que su insulina permanezca segura y sea eficaz, siga las instrucciones de almacenamiento en la tabla de la **página 4**. En general:

- No permita que su insulina se congele ni la deje en un automóvil caliente. Guárdela a **temperatura ambiente** [59°F (15°C) a 86°F (30°C)] o en el **refrigerador** [36°F (2°C) a 46°F (8°C)].
- Revise la fecha de caducidad en el vial, pluma o cartucho de insulina antes de usarlo. Si se ha pasado la fecha, deséchelo, incluso si todavía contiene insulina.
- Cuando abra una nueva pluma, vial o cartucho, escriba la fecha en éste para que sepa durante cuánto tiempo usarlo. Siga las instrucciones de la tabla que se encuentra en la **página 4**.
- No use su insulina si contiene partículas flotando o el color no se ve normal.

## ¿Qué tipo de jeringa o aguja de pluma necesito?

Para inyectarse insulina, a usted le pueden recetar jeringas desechables o una pluma de insulina. Las agujas en ambos dispositivos son cortas, delgadas y muy afiladas. Esto ayuda a que entren en la piel con más facilidad.

Hay varias marcas de jeringas y plumas de insulina. Cada una es diferente y se recetará de acuerdo al tipo de insulina que usted necesita y su plan de autocuidado. Su médico u orientador en diabetes hablará con usted sobre su pluma, las agujas y las jeringas. A continuación se explican 3 pasos básicos para recordar al administrar una inyección:



**1 OBSERVE todas las líneas y números en el cilindro de la jeringa o el indicador de la pluma.** Estos muestran la cantidad (dosis) de insulina para cada inyección.

**2 NO vuelva a usar sus jeringas de insulina o agujas de la pluma.** Esto ayuda a que la aguja se mantenga estéril (limpia) y muy afilada cada vez.

**3 SIEMPRE coloque las jeringas usadas o agujas de la pluma en un recipiente rojo para objetos corto-punzantes u otro recipiente pesado** que no permita que las agujas lo perforen, tal como un recipiente plástico vacío de cloro.



## ¿Cuándo debería llamar a mi médico u orientador en diabetes?

Llame a su médico u orientador en diabetes si:

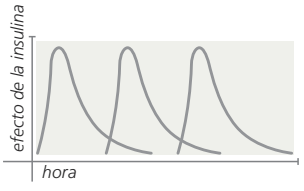



- Está enfermo y tiene problemas para controlar su nivel de glucosa en la sangre.
- Tiene lecturas frecuentes de glucosa en la sangre por debajo de 70 mg/dL.
- Tiene preguntas sobre cómo tomar su insulina.
- Está considerando dejar la insulina o cambiar alguna otra parte de su plan de tratamiento. (Nunca cambie su tratamiento sin hablar primero con su equipo de atención de la diabetes).

Orientador en diabetes: \_\_\_\_\_

Médico: \_\_\_\_\_

## Tipos de insulina

Pídale a su médico u orientador en diabetes que marque con un círculo los tipos de insulina que usted usa.

Tipo de insulina	Nombre	Inicio	Pico	Duración	Tiempo de dosificación
	genérico (marca)	Con qué rapidez empieza a funcionar	Cuándo es más fuerte su efecto	Durante cuánto tiempo funciona	Cuándo se toma por lo general
Acción rápida	aspart (NovoLog) glulisina (Apidra) lispro (Humalog, Admelog)	10 a 20 minutos	1 a 2 horas	3 a 5 horas	<b>3 veces al día</b> 
	aspart (Fiasp)	5 a 10 minutos	1 a 1 ½ horas	3 a 5 horas	
Acción breve (regular)	Novolin R Humulin R	30 a 60 minutos	2 a 4 horas	4 a 8 horas	<b>3 veces al día</b> 
Acción intermedia	NPH (Novolin N) NPH (Humulin N)	1 a 3 horas	4 a 10 horas	10 a 18 horas	<b>2 veces al día</b> 
Acción prolongada (sin pico)	glargina (Lantus, Toujeo, Basaglar)	2 a 3 horas	sin pico	Más de 24 horas	<b>1 vez al día</b> 
	detemir (Levemir)	1 hora	sin pico	18 a 24 horas	
	degludec (Tresiba)	1 hora	sin pico	42 o más horas	
Mezclas de insulina	70/30 (NovoLog Mix, Humulin, Novolin), 75/25 (Humalog Mix), 50/50 (Humalog Mix)				<b>2 veces al día</b>

## Mi régimen de insulina

Tipo y nombre de insulina \_\_\_\_\_ cuándo tomar \_\_\_\_\_ dosis \_\_\_\_\_

Tipo y nombre de insulina \_\_\_\_\_ cuándo tomar \_\_\_\_\_ dosis \_\_\_\_\_

Tipo y nombre de insulina \_\_\_\_\_ cuándo tomar \_\_\_\_\_ dosis \_\_\_\_\_

Tipo y nombre de insulina \_\_\_\_\_ cuándo tomar \_\_\_\_\_ dosis \_\_\_\_\_

## Instrucciones sobre el almacenamiento de la insulina

Tipo de insulina	Nombre	Instrucciones para el almacenamiento	
		Sin abrir	Abierto
Acción rápida	aspart (NovoLog) glulisina (Apidra) lispro (Humalog)	Guardar los viales, plumas o cartuchos en el refrigerador.	Guardar los viales, plumas o cartuchos a temperatura ambiente durante 28 días. Proteger de la luz.
	lispro (Ademelog)	Guardar las plumas y viales a temperatura ambiente durante 28 días o en el refrigerador hasta la fecha de caducidad.	<p>Guarde los viales a temperatura ambiente o en el refrigerador durante 28 días.</p> <p>Guarde las plumas a temperatura ambiente durante 28 días.</p>
Acción breve (regular)	Novolin R	Guarde los viales en el refrigerador.	Guarde los viales a temperatura ambiente durante 42 días. Proteger de la luz.
	Humulin R	Guarde los viales en el refrigerador.	Guarde los viales a temperatura ambiente durante 28 días. Proteger de la luz.
Acción ultra rápida	aspart (Fiasp)	Guardar los lápices y viales a temperatura ambiente durante 28 días o en el refrigerador hasta la fecha de caducidad.	Guarde las plumas y viales a temperatura ambiente o en el refrigerador durante 28 días.
Acción intermedia	NPH (Novolin N)	Guarde los viales, plumas o cartuchos en el refrigerador. Proteger de la luz.	Guarde los viales a temperatura ambiente durante 31 días. Guarde las plumas y cartuchos a temperatura ambiente durante 14 días.
	NPH (Humulin N)		Guarde los viales a temperatura ambiente durante 42 días.
	Humulin R U-500		Guarde los viales a temperatura ambiente durante 40 días. Guarde las plumas a temperatura ambiente durante 28 días.
Acción prolongada (sin pico)	glargina	Lantus	Guarde los viales, plumas o cartuchos a temperatura ambiente durante 28 días.
		Toujeo	Guarde las plumas a temperatura ambiente durante 42 días.
		Basaglar	Guarde las plumas a temperatura ambiente durante 28 días o en el refrigerador hasta la fecha de caducidad.
	detemir (Levemir)	Guarde los viales, plumas o cartuchos en el refrigerador. Proteger de la luz.	Guarde los viales o plumas a temperatura ambiente durante 42 días.
	degludec (Tresiba)	Guarde las plumas en el refrigerador hasta la fecha de caducidad.	Guarde las plumas en el refrigerador o a temperatura ambiente durante 8 semanas. Proteja del calor y la luz.
Mezclas de insulina	70/30 (NovoLog Mix, Humulin, Novolin)	Siga las instrucciones que vinieron dentro del paquete. Si tiene preguntas, asegúrese de consultar a su farmacéutico.	
	75/25 (Mezcla de Humalog)		
	50/50 (Mezcla de Humalog)		

Diabetes Medications: Insulin

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2011 - 2018 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. Hay más información disponible en [intermountainhealthcare.org](http://intermountainhealthcare.org). Patient and Provider Publications FS1835-08/18 (Last reviewed - 05/18) (Spanish translation 08/18 by inWhatLanguage)