



Visite a su doctor para hablar de su salud y de las medicinas que pueda necesitar. Esta hoja le dará información sobre un tipo de medicina. Usted aprenderá qué preguntas debe hacerle a su doctor sobre esta medicina. No tenga miedo de hacer preguntas. Es muy importante para su salud.

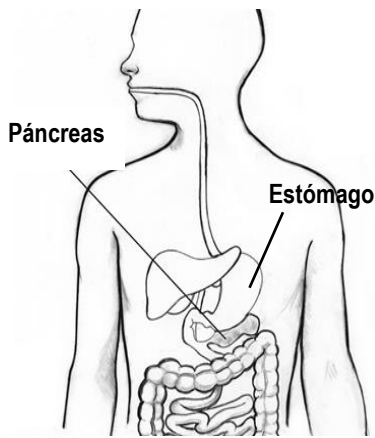
## Tratando la Diabetes Tipo 2

La diabetes tipo 2 es uno de los problemas de salud más serios que afecta a las personas en Estados Unidos. Antes las personas creían que la diabetes tipo 2 solo le podía dar a los adultos, pero durante los últimos 20 años, el número de niños y jóvenes con esta enfermedad ha subido. Esta hoja informativa le hablará sobre la diabetes tipo 2 y sobre las diferentes medicinas que pueden ayudar para tratarla.



### ¿Qué es la diabetes?

La diabetes sucede cuando el azúcar en su sangre está muy alta. Esto es lo que sucede:



National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, National Institutes of Health

Comemos alimentos como pasta, pan, vegetales y frutas, para obtener energía. A estos tipos de alimentos se les llaman carbohidratos.

Luego, el **estómago** rompe los carbohidratos en partes muy pequeñas de azúcar o glucosa. Después la glucosa (azúcar) pasa a su sangre y la sangre lleva la glucosa a todas las células del cuerpo.

Para que la glucosa llegue a las células, su **páncreas** produce una hormona llamada insulina. Si el páncreas no produce nada de insulina, o si las células del cuerpo no pueden usar la insulina como deberían, entonces la glucosa se acumula en la sangre y el cuerpo no puede obtener la energía que necesita.

Hay dos tipos de diabetes: Diabetes tipo 1 y tipo 2. La **diabetes tipo 1** sucede cuando el páncreas para por completo de producir insulina. La **diabetes tipo 2** sucede cuando el páncreas produce suficiente insulina pero las células del cuerpo no pueden usar la insulina como deberían. Debido a esto, la glucosa se acumula en la sangre y, con los años, esto puede hacerle daño a sus arterias, venas, nervios, corazón, ojos, hígado y riñones.

La diabetes tipo 2 aumenta sus posibilidades de desarrollar y morir de otras enfermedades como la enfermedad del corazón y aumenta su riesgo de que le dé un ataque (derrame) cerebral. La **diabetes tipo 2** afecta a más gente, incluyendo niños y jóvenes que la diabetes tipo 1.



## ¿Cómo sé si tengo diabetes tipo 2?

Si tiene dos o más de los siguientes síntomas, incluso por pocos días, es posible que tenga diabetes tipo 2 y necesite ver al doctor inmediatamente.

- Tiene heridas o llagas que no están curándose tan rápido como siempre.
- Se está sintiendo muy cansado.
- Se está sintiendo con sed y hambre todo el tiempo.
- Sus manos y pies se sienten como dormidos o con sensación de hormigueo.
- Está orinando a cada rato.
- Su vista está borrosa.

Al principio, es posible que una persona con diabetes tipo 2 no sienta ninguno de estos síntomas. Con el tiempo, la persona va a empezar a sentir más síntomas, pero estos pueden ser muy suaves o pueden ir y venir.



## Entonces, ¿puedo tener diabetes tipo 2 y no notarlo por años?

Sí. Por eso es muy importante saber si usted tiene un riesgo más alto de que le dé diabetes, y hacerse la prueba de sangre regularmente. Si usted pertenece a uno de los siguientes grupos y nunca se ha checado sus niveles de azúcar en la sangre, visite a su doctor para que le cheque la sangre lo antes posible.

- Tiene un padre, madre, hermano o hermana con diabetes.
- Tiene 65 años de edad o más.
- Es afroamericano, hispano-americano, asiático-americano, isleño del Pacífico o nativo de Alaska.
- Tiene sobrepeso o es obeso.
- Es una mujer que tuvo diabetes durante el embarazo, o su bebé pesó más de 9 libras al nacer.



## ¿Cómo tratan la diabetes los doctores?

Si le diagnostican diabetes, es posible que los doctores primero le recomienden que haga algunos cambios en su estilo de vida, como perder peso, comer una dieta especial, hacer ejercicio y dejar de fumar para controlar el azúcar de su sangre. Cuando estos cambios no son suficientes, entonces es posible que los doctores también usen algunas medicinas para la diabetes. Si la dieta, el ejercicio y las pastillas para la diabetes no funcionan, entonces es posible que los doctores usen insulina u otro tipo de medicinas que se inyectan.



## ¿Tienen efectos secundarios las pastillas para la diabetes?

Sí. Algunos ejemplos de estos efectos secundarios son:

- **Para muchas personas:** Es posible que le dé hipoglicemia. Esto quiere decir que el azúcar en su sangre está muy baja y puede hacerlo sentir mareado, con hambre, sudoroso y tembloroso. Es posible que también gane peso, tenga náuseas, dolores de estómago, vómito, y diarrea. También, se le pueden hinchar los pies o los tobillos. Su nivel de colesterol puede subir.
- **Para algunas personas:** Es posible que le dé anemia. Esto quiere decir que la cantidad de células rojas en la sangre está baja. También puede desarrollar una condición llamada insuficiencia cardíaca congestiva. Esto quiere decir que su corazón no puede bombear suficiente sangre al resto de su cuerpo. Usted también puede tener una reacción alérgica.
- **Para muy pocas personas:** Es posible que desarrolle problemas con sus ojos, hígado y sangre.

Si usted siente cualquiera de estos efectos secundarios al tomar las pastillas para la diabetes, hable con su doctor inmediatamente.



## ¿Qué pastillas debo tomar para la diabetes?

*Consumer Reports Best Buy Drugs* evaluó las medicinas para la diabetes al comparar lo bien que funcionan, lo seguras que son y su costo. *Consumer Reports* recomienda empezar con una de las siguientes medicinas genéricas:

- ***Metformina* y *Metformina de liberación sostenida*** – puede tomarse sola o con ***glipizida* o *glimepirida***
- ***Glipizida* y *Glipizida de liberación sostenida*** – puede tomarse sola o con ***metformina***
- ***Glimepirida*** – puede tomarse sola o con ***metformina***



En Estados Unidos, las medicinas “genéricas” (o “similares”) son tan buenas como las medicinas de marca. Funcionan y son tan seguras como las medicinas de marca, y cuestan mucho menos. Pregúntele a su doctor si le puede dar una medicina genérica en vez de una medicina de marca.

Algunas de estas medicinas genéricas le podrían costar tan solo \$4 para un mes de medicinas si usted usa un programa de descuento para medicinas genéricas que tienen tiendas como Sam’s Club, Target, o Walmart. También es posible obtener la cantidad de medicinas para 3 meses por tan solo \$10 a través de estos programas. Para obtener estos precios, usted no necesita tener un seguro para medicinas.

Usted también debe saber:

- A menudo es necesario tomar más de una medicina para controlar la glucosa (azúcar) en su sangre.
- Las medicinas nuevas son más caras y no son mejores o más seguras que las medicinas más viejas.

Tenga mucho cuidado con dos medicinas nuevas llamadas *Avandia* y *Actos*. Ambas pastillas pueden subir sus posibilidades de tener una falla cardíaca, y *Avandia* puede aumentar su riesgo de tener un ataque al corazón y ataque (derrame) cerebral. Ambas medicinas también se han relacionado con una pequeña posibilidad de que se rompan los huesos en mujeres. *Actos* también sube su riesgo de cáncer en la vejiga si lo toma por un año o más tiempo. Usted SOLO debería usar *Actos* si todas las demás medicinas que se mencionaron arriba no le funcionan. Si actualmente usted está tomando *Actos*, pregúntele a su doctor si realmente lo necesita, y pregúntele si usted la puede cambiar por *metformina*. Para muchas personas *metformina* es la pastilla más efectiva y la más segura entre todas las pastillas para la diabetes.

**Para aprender más sobre este tema visite:**

<http://www.consumerreports.org/cro/2012/12/treating-type-2-diabetes/index.htm>



### Cómo obtener el mejor precio por sus medicinas

- **Pida un genérico:** Dígale a su farmacéutico que quiere una medicina genérica en vez de una de marca. Usted pagará menos por un genérico. No todas las medicinas de marca tienen un genérico, pero muchas si lo tienen.
- **Compare precios:** Llame o visite tres farmacias diferentes. Deles el nombre de la medicina y pregúnteles cuánto cuesta. Pregunte si tienen un programa de descuento para medicinas que le pueda ayudar a pagar menos por su medicina. Compre su medicina en la farmacia que le dé el precio más barato.
- **Regístrese en programas de asistencia al paciente:** La mayoría de las compañías que hacen medicinas tienen programas que ayudan a las personas que no tienen mucho dinero y que no tienen seguro para obtener medicinas de marca gratis o a bajo costo. El *Partnership for Prescription Assistance* le puede ayudar a encontrar un programa: [www.pparx.org](http://www.pparx.org) o 1-888-477-2669.

Esta serie es producida por Consumer Reports y *Consumer Reports Best Buy Drugs*, un proyecto de información pública hecho posible gracias a un subsidio del Programa de Subvenciones para la Información a los Consumidores y a los Médicos que Recetan Medicamentos del Procurador General (Attorney General Consumer and Prescriber Education Grant Program) a nivel estatal que está financiado por los acuerdos de resolución multiestatales por las demandas por fraude al consumidor respecto de la comercialización del medicamento de receta Neurontin. Este informe no debe considerarse un sustituto de la consulta con un médico o con un profesional de la salud. Se proporciona con el objetivo de mejorar la comunicación con su médico, no para reemplazarla.