

ACERCA DE LA INSULINA

¿Qué es la Insulina?

La insulina es una hormona que el cuerpo necesita para poder usar de manera correcta los alimentos y la energía. Todas las hormonas son producidas por glándulas. La glándula que produce la insulina es el páncreas. Los diabéticos no producen suficiente insulina, por lo tanto se podría afirmar que son "desafiados por el páncreas".

Afortunadamente, tenemos una forma de reemplazar la insulina que no puede producir el páncreas. La insulina es una proteína que no puede ser ingerida oralmente, pues sería digerida como una hamburguesa. Debido a esto es que se administra por medio de inyecciones.

¿Cuál tipo es la correcta para mí?

La terapia de insulina no es una sola para todo el mundo. Diferentes personas necesitan diferentes insulinas. El plan de insulina correcto para usted es aquel que cumple con dos cosas:

Se adapta a su vida: ¿Qué es lo que usted hace? ¿Cuándo lo hace? Infórmele al equipo cuál es su rutina normal y si no tiene una, dígales que no tiene. Los detalles de su vida harán que algunas insulinas sean más adecuadas que otras.

Satisface las necesidades del organismo: Usted necesita algo de insulina en todo momento, más cuando come y menos cuando se ejercita. Si tiene diabetes tipo 1, todas esas necesidades son satisfechas por medio de la insulina inyectada. Si tiene diabetes tipo 2, algunas de las necesidades pueden ser satisfechas por la insulina producida por el cuerpo.

Hay muchas formas de combinar la insulina para satisfacer esas diferentes necesidades. La mayoría de los planes funcionan para las personas que ingieren cantidades similares de comida cada día y tienen niveles similares de actividad todos los días, excepto el plan de inyecciones basales y de hora de la comida.

Plan	Cantidad diaria de inyecciones
Insulina basal únicamente	1 – 2
Insulina premezclada	1 – 2
Insulina auto mezclada	2 – 3
Inyecciones basales y de hora de la comida	4 ó más

Hay varias herramientas disponibles. Las herramientas para el suministro de insulina algunas veces son llamadas "dispositivos". Cada uno tiene sus ventajas y desventajas. Las opciones se encuentran a continuación.

Jeringa y ampolleta

Pros	Contras	Sugerencias
<ul style="list-style-type: none"> • Más barata • Más familiar para muchos médicos 	<ul style="list-style-type: none"> • Se considera que tiene una "aparición médica" y es "atemorizante" para muchas personas. • Es necesario llevar grandes cantidades para usar y desechar. • Con probabilidades de que se presenten errores de dosificación. • Difícil para aquellos que tienen una visión defectuosa o manos temblorosas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Consiga la jeringa con el volumen más pequeño para su dosis. Esto facilita ver las marcas. • Solicite agujas más finas y cortas para minimizar la incomodidad.

Jeringas precargadas

Pros	Contras	Sugerencias
<ul style="list-style-type: none"> • Discreta • Con menos aparición "médica" • Fácil de usar • Más precisa para la dosificación que la jeringa y la ampolleta 	<ul style="list-style-type: none"> • Ligeramente más costosa que la jeringa y la ampolleta. • Puede ser difícil de usar para quienes tienen manos débiles. • Puede que no estén cubiertas por algunos seguros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Remueva las agujas entre las dosis. Esto mantiene el aire fuera del compartimiento de la insulina. • Solicite agujas más finas y cortas para minimizar la incomodidad.

Jeringas recargables

Pros	Contras	Sugerencias
<ul style="list-style-type: none"> • Discreta • Fácil de usar • Más precisa para la dosificación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ligeramente más costosa que la jeringa y la ampollita. • Puede ser difícil de usar para quienes tienen manos débiles. • Puede que no estén cubiertas por algunos seguros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Remueva las agujas entre las dosis. Esto mantiene el aire fuera del compartimiento de la insulina. • Solicite agujas más finas y cortas para minimizar la incomodidad.

¿Cómo decidirse a usar insulina?

Las decisiones importantes raras veces son fáciles. Puede ser de ayuda conocer los hechos. Los siguientes son algunos de los hechos acerca de tomar insulina que se tratan en este sitio Web:

- La mayoría de las personas con diabetes tipo 2 necesitan inyectarse insulina en cierto momento.
- Usar insulina no es una señal de fracaso. Es una respuesta inteligente a las necesidades cambiantes del organismo.
- Usted debe usar insulina si no puede controlar el azúcar de la sangre sin ella.

Por supuesto, las decisiones implican más que sólo hechos, especialmente decisiones tan personales como empezar a utilizar insulina. Es necesario que determine de qué manera los hechos se aplican en su caso. Las siguientes son algunas preguntas que pueden serle de ayuda.

- ¿Trata de manejar la diabetes pero todavía tiene un deficiente control sobre ella?
- ¿El control del azúcar en la sangre es importante para usted?
- ¿Ha tenido diabetes tipo 2 durante unos cuantos años?
- ¿Con frecuencia se siente cansado o somnoliento después de comer?
- ¿El médico o el educador sobre la diabetes le han sugerido que use insulina?

Entre más respuestas positivas tenga, mayor es la probabilidad de que la insulina le sea de ayuda.

¿Cómo sabe que está listo para dar el siguiente paso? Entre las afirmaciones que se dan a continuación seleccione la que mejor describe su sentimiento acerca de empezar a usar insulina:

- Mi médico o el educador sobre la diabetes me informa que necesito insulina y estoy listo para empezar.
- Creo que necesito insulina pero tengo más preguntas. (Por favor pida una cita con el educador sobre la diabetes o con el médico. Tenga las preguntas preparadas.)
- No estoy listo del todo. Todavía tengo temores o no veo la necesidad. (Esperamos que siga pensando al respecto. Cuando esté listo para hablar sobre el tema de nuevo, consulte con el educador sobre la diabetes o con el médico)