



## TÉRMINOS PARA COMPRENDER LA DIABETES TIPO 2

---

Definiciones de términos comunes relacionados con la diabetes tipo 2

# LA DIABETES TIPO 2 Y EL NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE<sup>1-4</sup>

Esta lista de términos puede ayudarle a comprender mejor la diabetes tipo 2, las complicaciones que pueden presentarse y las recomendaciones de atención generales. Si tiene preguntas, asegúrese de hablar con su médico o equipo de atención de la diabetes.

## A1C

La prueba de A1C mide el nivel promedio de glucosa o azúcar en la sangre de una persona durante los últimos 2 a 3 meses. Puede proporcionar una idea de qué tan bien se ha llevado a cabo el control de azúcar en la sangre a través del tiempo. Los resultados se dan como un porcentaje o se los puede convertir al valor promedio de nivel de azúcar en la sangre con el tiempo. Para la mayoría de las personas con diabetes tipo 2, la Asociación Americana de la Diabetes sugiere un A1C de <7 %.

## Glucosa en la sangre

También llamado azúcar en la sangre, es el azúcar principal encontrado en la sangre y la fuente más importante de energía del cuerpo. La cantidad de glucosa o azúcar en una cantidad dada de sangre se denomina nivel de glucosa en la sangre.

## Medidor de glucosa en la sangre

Un medidor de glucosa en la sangre mide y muestra la cantidad de azúcar (glucosa) presente en la sangre. Hay diferentes tipos de medidores, por lo que es importante leer y comprender las instrucciones antes de comenzar con la prueba.



## Monitoreo de glucosa en la sangre

La acción de controlar el nivel de azúcar o glucosa en la sangre a fin de controlar la diabetes se denomina monitoreo de glucosa en la sangre. Los resultados de los monitoreos regulares se pueden usar para determinar ajustes en el tratamiento y opciones de estilo de vida.

# LA DIABETES TIPO 2 Y EL NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE<sup>1-3</sup> (CONTINUACIÓN)

## Prueba de glucosa en la sangre en ayunas

Se la usa para diagnosticar prediabetes y diabetes, así como para controlar a las personas con diabetes; se trata de una prueba que mide el nivel de azúcar en la sangre después de que la persona ha estado de 8 a 12 horas sin comer (por lo general, durante la noche).

## Hiperglucemia

La hiperglucemia, también llamada exceso de glucosa en la sangre, se produce cuando el nivel de azúcar en la sangre está por encima del valor deseado. Hable con su médico u otros integrantes de su equipo de atención de la diabetes tipo 2 si su nivel de azúcar en la sangre está elevado.

## Hipoglucemia

La hipoglucemia es una afección que puede ocurrir cuando los niveles de azúcar en la sangre están por debajo de los valores normales. Entre los síntomas se incluyen hambre, nerviosismo, temblores, transpiración, mareos o aturdimiento, somnolencia y confusión. Hable con su médico u otros integrantes de su equipo de atención de la diabetes tipo 2 si su nivel de azúcar en la sangre está bajo.

## Insulina

La insulina es una hormona elaborada por el páncreas que ayuda al cuerpo a usar el azúcar para producir energía. Cuando el cuerpo no puede producir suficiente cantidad de insulina, se la debe recibir mediante inyección o a través del uso de una bomba de insulina.



## Resistencia a la insulina

La incapacidad de responder y usar la insulina producida por el cuerpo. Puede estar vinculada a la obesidad, la presión arterial alta y los niveles altos de grasa en la sangre.

## Diabetes tipo 2

Caracterizada por niveles altos de azúcar en la sangre debido a falta de insulina o la incapacidad del cuerpo de usar la insulina eficientemente, la diabetes tipo 2 se desarrolla principalmente en las personas de mediana edad y adultos mayores pero puede presentarse en personas jóvenes también.

# POSIBLES COMPLICACIONES Y PREOCUPACIONES RELACIONADAS CON LA DIABETES TIPO 2<sup>1-2</sup>

Las complicaciones de una diabetes tipo 2 mal controlada pueden incluir daño a los ojos, el corazón, los vasos sanguíneos, el sistema nervioso, los dientes y las encías, los pies y la piel o los riñones.<sup>2</sup> Si bien estas complicaciones no están exclusivamente relacionadas con la diabetes, ocurren con mayor frecuencia en las personas con diabetes tipo 2.



## Presión arterial

La fuerza del flujo sanguíneo dentro de los vasos sanguíneos se denomina presión arterial. La presión arterial se registra como una relación; por ejemplo, un nivel saludable de presión arterial es 120/80 mm Hg. El primer número representa la presión sistólica, o la presión cuando el corazón impulsa la sangre a través de los vasos sanguíneos. El segundo número representa la presión diastólica, o la presión en los vasos sanguíneos cuando el corazón se relaja entre latidos. Si la presión arterial es alta, se denomina hipertensión. *Consulte también Hipertensión.*

## Vasos sanguíneos

Los vasos sanguíneos son tubos que transportan la sangre desde y hacia todas las partes del cuerpo. Los 3 tipos principales de vasos sanguíneos son las arterias, los capilares y las venas.

## Enfermedad coronaria

La enfermedad coronaria está causada por el estrechamiento de los vasos sanguíneos que suministran sangre al corazón. Un ataque cardíaco se produce como resultado de la interrupción del suministro de sangre al corazón.



# POSIBLES COMPLICACIONES Y PREOCUPACIONES RELACIONADAS CON LA DIABETES TIPO 2<sup>1-2</sup> (CONTINUACIÓN)

## Diálisis

Cuando los riñones fallan, la sangre debe limpiarse a través de un proceso artificial llamado diálisis, que se realiza usando un equipo especial. *Consulte también Insuficiencia renal.*

## Hipertensión

También denominada presión arterial alta, la hipertensión es una afección que se presenta cuando el flujo a través de los vasos sanguíneos tiene una fuerza superior a la normal. Tener diabetes y presión arterial alta puede causar gran tensión sobre el corazón, lo que puede producir daño a los vasos sanguíneos y aumentar el riesgo de ataque cardíaco, accidente cerebrovascular, problemas renales y muerte.



## Insuficiencia renal

Se trata de una afección crónica en la que los riñones ya no trabajan como deberían; el cuerpo comienza a retener líquido y desechos dañinos. Una persona con insuficiencia renal necesita diálisis o un trasplante de riñón para recuperar la función normal. *Consulte también Diálisis.*

## Neuropatía periférica

La neuropatía es una enfermedad del sistema nervioso, y la neuropatía periférica es la forma más común de neuropatía. Afecta los pies, las piernas o las manos, y causa dolor, entumecimiento o sensación de hormigueo.

## Accidente cerebrovascular

El accidente cerebrovascular es una afección causada por daño a los vasos sanguíneos en el cerebro que puede producir pérdida de la capacidad para hablar o mover partes del cuerpo.

# DIABETES TIPO 2: DIETA Y PESO<sup>1-2</sup>

## Índice de masa corporal (IMC)

El IMC es una medición del peso de una persona en comparación con su estatura y se usa para calcular la cantidad de grasa corporal que tiene una persona y si la persona tiene bajo peso, sobrepeso, peso normal o es obesa.

## Carbohidrato

Los carbohidratos representan uno de los 3 nutrientes principales en los alimentos y se encuentran en los almidones, los vegetales, las frutas, los productos lácteos y los azúcares.

## Colesterol

El colesterol es un tipo de grasa producido por el hígado que se encuentra en la sangre y en algunos alimentos. El colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL) puede ayudar a proteger el corazón. Las lipoproteínas de baja densidad (LDL) y los triglicéridos pueden elevar el riesgo de problemas graves, como la acumulación de colesterol en las arterias, lo que puede causar ataque cardíaco y accidente cerebrovascular.

## Grasa

La grasa representa uno de los 3 nutrientes principales en los alimentos y se encuentra en la mantequilla, la margarina, los aderezos para ensaladas, el aceite, los frutos secos, la carne de res, la carne de aves de corral, el pescado y algunos productos lácteos.

## Índice de glucemia

El índice de glucemia es una clasificación de los alimentos que contienen carbohidratos en función del efecto del alimento en el azúcar en la sangre en comparación con un alimento estándar de referencia.



Si desea obtener más información, visite el sitio web de la Asociación Americana de la Diabetes en <http://www.diabetes.org/food-and-fitness/food/what-can-i-eat/understanding-carbohydrates/glycemic-index-and-diabetes.html>.

## Obesidad

La obesidad es una afección en la que hay una cantidad mayor que la normal de grasa en el cuerpo. Es más grave que tener sobrepeso y se define como tener un IMC de 30 o superior. *Consulte también IMC.*

## Sobrepeso

Un peso corporal superior al normal se considera sobrepeso. Tener sobrepeso se define como tener un IMC de 25 a 29.9.

## Proteína

La proteína es uno de los 3 nutrientes principales en los alimentos y se la encuentra en la carne de res, la carne de aves de corral, el pescado, el queso, la leche, los productos lácteos, los huevos y los frijoles secos.

## DIABETES TIPO 2: CUIDADO DE LOS PIES Y LA PIEL<sup>1-2</sup>

### **Pie de atleta**

El pie de atleta es una infección fúngica que ocurre en la piel de los pies; es común en las personas con diabetes tipo 2. Los síntomas pueden incluir descamación, agrietamiento o sangrado de la piel así como también dolor. Algunas personas con diabetes tipo 2 no presentan síntomas y posiblemente no sepan que tienen una infección.

### **Juanete**

Un juanete es un bulto que se forma en la primera articulación del dedo gordo del pie. Está causado por la inflamación de un saco de líquido debajo de la piel, que se enrojece, duele y se infecta.

### **Callo**

Un callo es un área pequeña de piel, con frecuencia en la parte inferior del pie, que se engrosa y endurece a causa de roce o presión.

### **Cándida**

La cándida es un hongo que se encuentra naturalmente en el cuerpo. Las personas con diabetes tienen un mayor riesgo de tener exceso de cándidas debido al aumento de azúcar en el cuerpo y al debilitamiento del sistema inmunitario. Puede causar infección, picazón, lesiones de la piel o sarpullido. Las áreas comunes de infección incluyen la boca, las axilas, la ingle, la vagina y las uñas.



# DIABETES TIPO 2: CUIDADO DE LOS OJOS Y LA DENTADURA<sup>1,2,4</sup>

## Retinopatía de fondo

La retinopatía de fondo, que es un tipo de daño a la retina (recubrimiento posterior del ojo) caracterizado por sangrado, acumulación de líquido y dilatación anormal de los vasos sanguíneos, es una etapa temprana de la retinopatía diabética en pacientes con diabetes tipo 2.

## Retinopatía diabética

También llamada enfermedad del ojo diabético, este tipo de retinopatía causada por la diabetes tipo 2 puede dañar los pequeños vasos sanguíneos en la retina, lo que produce pérdida de la visión.

## Cataratas

Una catarata es una opacidad de la lente del ojo.

## Glaucoma

El glaucoma es una afección del ojo que produce un aumento en la presión del líquido dentro del ojo, lo que puede causar pérdida de la visión.



## Gingivitis

La gingivitis es una afección de las encías que puede causar inflamación y sangrado.

## Enfermedad periodontal

La enfermedad de las encías se denomina enfermedad periodontal. Los pacientes con diabetes tipo 2 tienen un mayor riesgo de desarrollar enfermedad de las encías.

**Referencias:** **1.** American Diabetes Association. Common terms. <http://www.diabetes.org/diabetes-basics/common-terms>. Updated April 7, 2014. Accessed October 10, 2017. **2.** National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. National Diabetes Information Clearinghouse. *The Diabetes Dictionary*. Bethesda, MD: National Diabetes Information Clearinghouse; 2009. **3.** American Diabetes Association. Living with diabetes: A1C and eAG. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/blood-glucose-control/a1c>. Updated September 29, 2014. Accessed October 10, 2017. **4.** U.S. Food and Drug Administration. Blood Glucose Monitoring Devices. <https://www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedures/InVitroDiagnostics/GlucoseTestingDevices/default.htm>. Updated December 12, 2016. Accessed October 10, 2017. **5.** American Diabetes Association. Living with diabetes: diabetes and oral health problems. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/oral-health-and-hygiene/diabetes-and-oral-health.html>. Updated October 10, 2014. Accessed October 10, 2017.

**CarePath** | **Healthy Engagements**

CarePath Healthy Engagements es un programa integral diseñado para ayudar a mejorar las vidas de las personas que viven con diabetes tipo 2 y para ayudar a aquellos que cuidan de ellos. [CarePathHealthyEngagements.com](http://CarePathHealthyEngagements.com)

Esta información ha sido desarrollada por Janssen Pharmaceuticals, Inc. y puesta a disposición de la comunidad para brindar apoyo a los pacientes y educación a los proveedores.

© Janssen Pharmaceuticals, Inc. 2018

Mayo de 2018

cp-57927v1