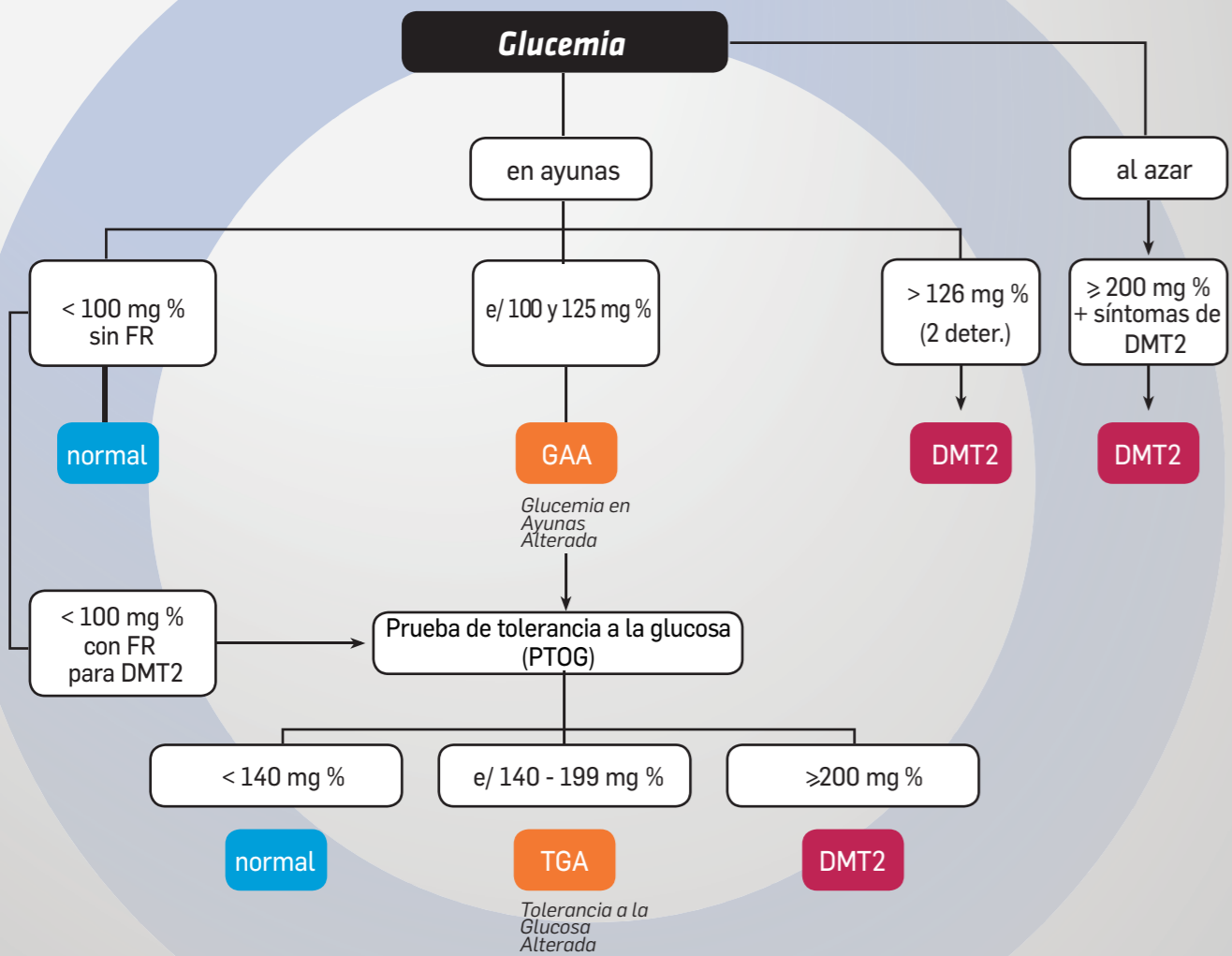


# Diagnóstico de diabetes

Se recomienda el rastreo de diabetes en personas:

- Adultas a partir de los 45 años
- Con **intolerancia a la glucosa (TGA)** o **glucemia en ayunas alterada (GAA)**
- Con **enfermedad cardiovascular** (IAM, Angina, enfermedad vascular periférica o ACV)
- Mujeres que tuvieron **diabetes gestacional o recién nacidos con peso mayor a 4.500 grs.**
- Adultas con **HTA o dislipemia**
- Con **sobrepeso u obesidad**
- Con **síndrome de ovario poliquístico (SOP)**



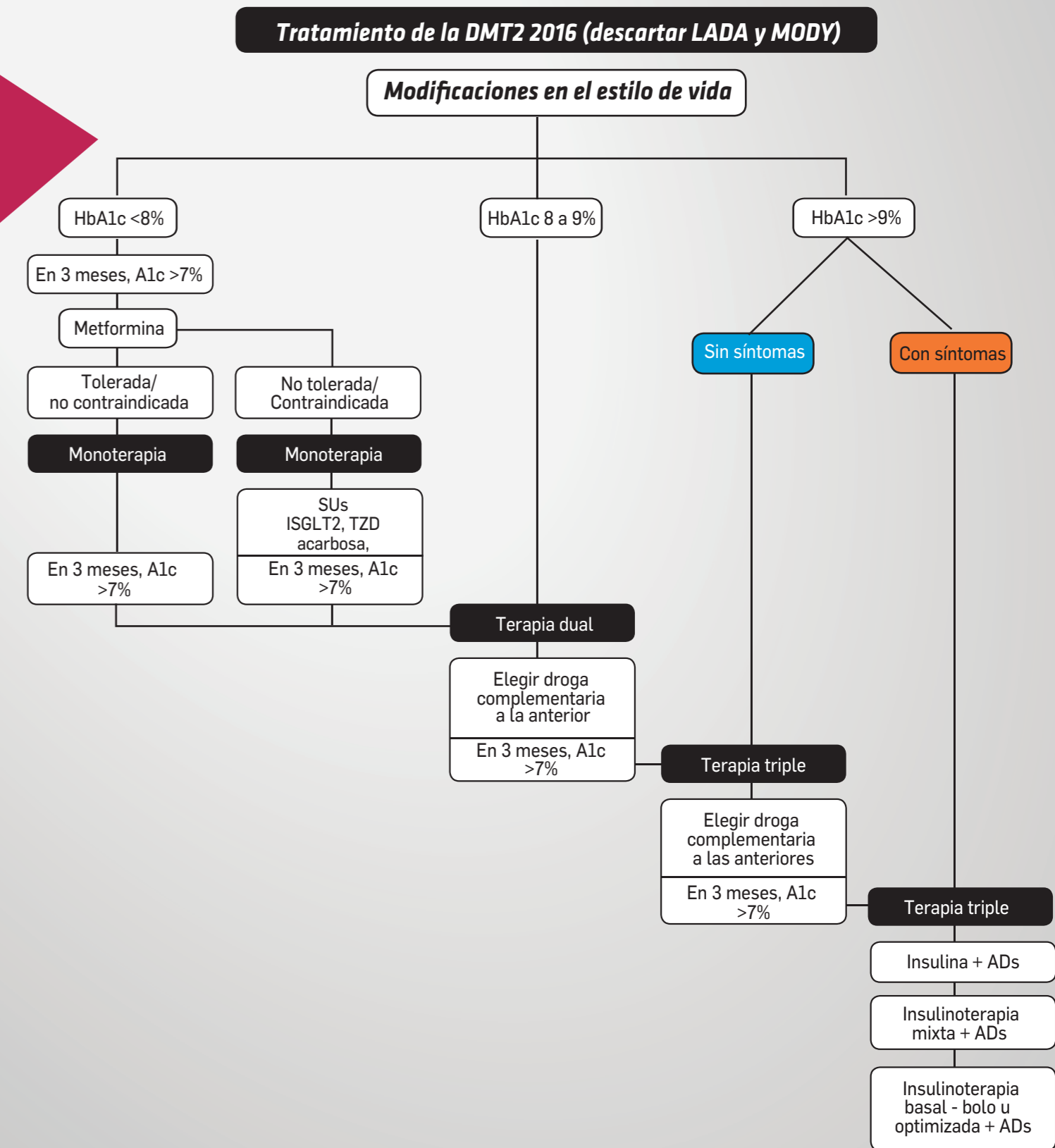
- Repetir cada 3 años
- Repetir una vez al año
- FR: Factor de Riesgo

# Modificación del estilo de vida

Recomendaciones

Modificación	Recomendación
<b>Plan de alimentación</b>	<p>Adoptar de manera gradual un <b>plan alimentario cardioprotector</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Limitar el consumo de alimentos con elevado contenidos de grasas y azúcar.</li> <li>• Consumir diariamente verduras y frutas en variedad de tipos y colores, legumbres y cereales integrales.</li> <li>• <b>Reducir el uso de la sal</b> y el consumo de alimentos con alto contenido de sodio.</li> <li>• <b>Distribuir los alimentos con carbohidratos a lo largo del día</b>, evitando la inclusión de un volumen importante de los mismos en una sola comida.</li> <li>• Se recomienda consumir cereales y pastas cocidas al dente o recalentados para que el almidón sea más resistente a la digestión y de esa manera se absorba más lento en el organismo.</li> <li>• Un alimento se absorberá más rápido, cuanto más procesado, triturado, o picado se encuentre.</li> <li>• <b>Aumentar el consumo de fibra soluble</b>, ya que enlentece la absorción de los hidratos de carbono. La podemos encontrar en el salvado de avena, frutas, verduras, legumbres, arroz integral y frutas secas.</li> </ul>
<b>Moderar el consumo de alcohol</b>	- Limitar el consumo a no más de 2 vasos por día en los hombres y no más de 1 vaso en las mujeres.
<b>Actividad física</b>	- Realizar al menos 30 minutos diarios de actividad física aeróbica.
<b>Tabaco</b>	- No fumar y evitar la exposición pasiva al humo de tabaco

# Tratamiento farmacológico



El escalonamiento puede ser de ida o de vuelta

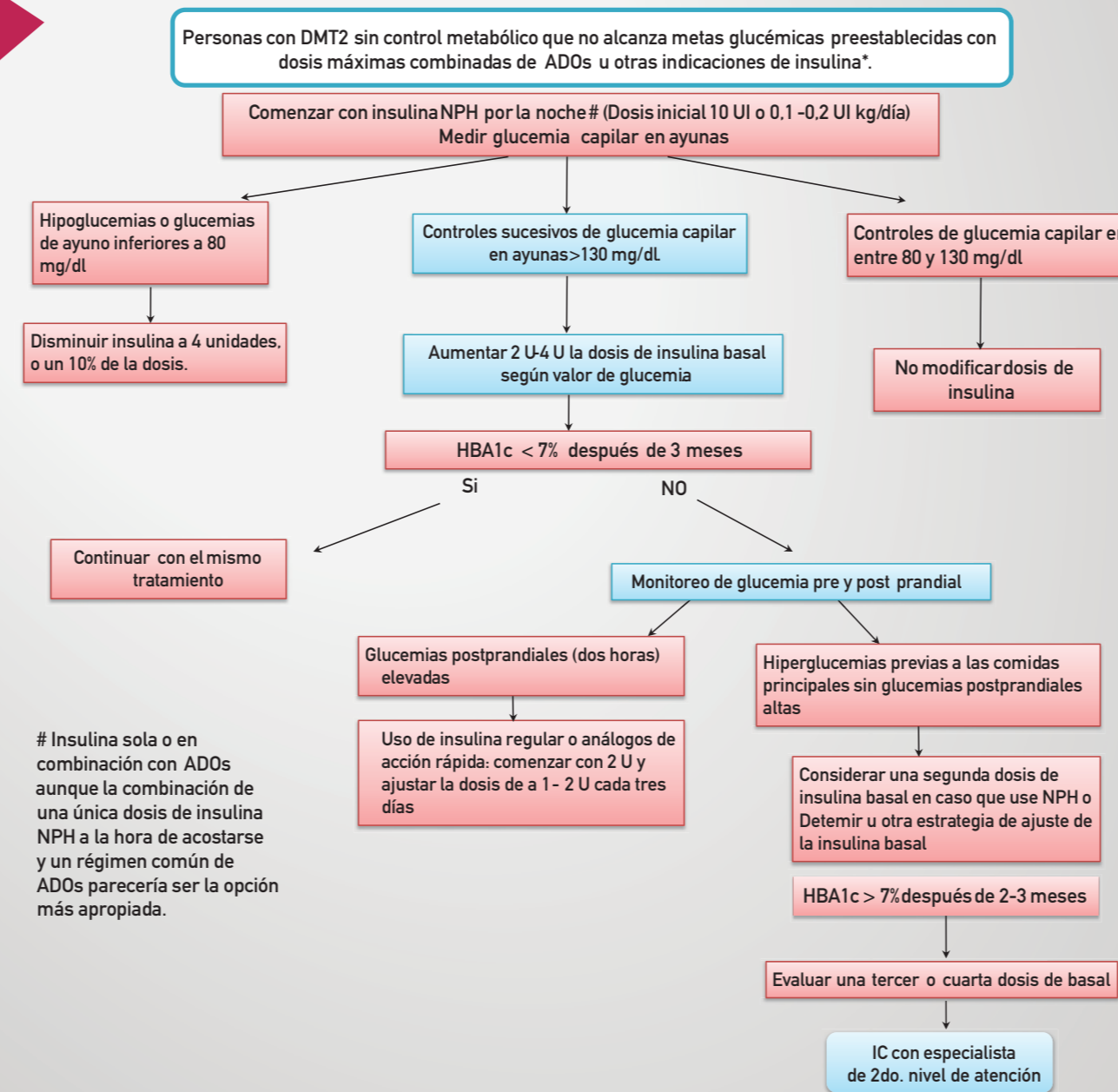
# Agentes Orales

## Dosis, efectos adversos y contraindicaciones

HIPOGLUCEMIANTES ORALES	DOSIS INICIAL	DOSIS USUAL	DOSIS MÁXIMA	EFECTOS ADVERSOS	CONTRAINDICACIONES
<b>Metformina</b>	500 mg/día	850-2000 mg/día	3000 mg/día	Gastrointestinales (acidez, náuseas, sabor metálico, diarrea), acidosis láctica Interferencia en la absorción de vitamina B 12	Enfermedad renal etapa 3 y 4 Insuficiencia hepática Insuficiencia cardíaca severa Enfermedad pulmonar obstructiva crónica Embarazo y lactancia Alcoholismo Empleo de contrastes yodados
<b>Pioglitazona</b>	15 mg/día	30-45 mg/día	60 mg/día	Edema, aumento de peso, anemia, insuficiencia cardíaca congestiva, falla hepática	ALT >3 Insuficiencia cardíaca Insuficiencia hepática
<b>Glicazida MR</b>	30 mg/día	60 mg/día	120 mg/día	Hipoglucemia, sobre todo si los horarios de las comidas son irregulares o se saltan comidas. Aumento de las enzimas hepáticas. Erupción cutánea, prurito, urticaria, angioedema, eritema, erupción maculopapular, reacciones ampulosas.	Hipersensibilidad al fármaco Diabetes tipo 1 Cetoacidosis diabética Precoma y coma diabéticos Insuficiencia renal Insuficiencia hepática grave
<b>Glipizida</b>	2,5 mg/día	2,5 mg/día	15 mg/día	Náusea, diarrea, reacciones cutáneas, mareo, somnolencia, cefalea	Hipersensibilidad al fármaco Insuficiencia hepática Cetoacidosis diabética
<b>Glimepirida</b>	1 mg/día	2-4 mg/día	6 mg/día	Hipoglucemia Deterioro visual transitorio Reacción alérgica	Hipersensibilidad al fármaco
<b>Glibenclamida</b>	2,5 mg/día	5-10 mg/día	15 mg/día	Hipoglucemia Aumento de peso Alteraciones gastrointestinales Rash/hipersensibilidad Leucopenia	Diabetes mellitus 1 Hipersensibilidad Embarazo y lactancia Cetoacidosis diabética Alergia a sulfamidas
<b>Acarbosa</b>	De 1 a 3 dosis 25 mg/día Durante 2 a 4 semanas	De 1 a 3 dosis 50 mg/día	3 dosis 100 mg/día	Alteraciones gastrointestinales	Enfermedad Hepática Enfermedad Renal

# Insulinización

## Resumen



# Tratamiento de personas con Diabetes

## Metas terapéuticas

