TRATAMIENTO

Tratamiento insulínico del paciente con diabetes tipo 1: múltiples dosis de insulina

INFORMACIÓN PARA PACIENTES

Ángel Rebollo Román y **María del Carmen Serrano Laguna**. Hospital Universitario Reina Sofía. Córdoba.

¿Qué es la insulina y por qué se necesita?

La insulina es una hormona que fabrica el páncreas y que permite que la glucosa (azúcar) entre en las células para obtener energía. En la **diabetes tipo 1**, el organismo deja de producir suficiente insulina porque el sistema inmunitario daña las células que la fabrican. Por eso, el tratamiento consiste en **administrar insulina todos los días**. La insulina **no sustituye unos hábitos saludables**, pero sí es imprescindible para mantener la glucosa en niveles adecuados y prevenir complicaciones.

¿Qué tipos de insulina existen?

- **Insulina basal (o lenta)**
    - Actúa durante muchas horas.
    - Mantiene la glucosa estable entre comidas y durante la noche.
    - Habitualmente se administra 1 o **2 veces al día**.
- **Insulina rápida o prandial (bolo)**
    - Ayuda a controlar el aumento de glucosa tras comer.
    - Se administra antes de las comidas.
    - La dosis puede variar según:
        - Cantidad de hidratos de carbono.
        - Glucosa antes de la comida.
        - Actividad física prevista.

¿Cómo se administra la insulina?

La insulina se administra **en el tejido graso debajo de la piel (subcutánea).**

Zonas recomendadas para pincharse

- Abdomen
- Muslos
- Glúteos
- Parte externa del brazo

Es importante **cambiar el punto de inyección** para evitar lesiones en la piel.

Conservación

- Insulina sin abrir: **nevera (2-8 °C).**
- Insulina abierta: temperatura ambiente (según indicaciones del fabricante).
- No congelar ni exponer al calor.

Consejos para una inyección correcta

Antes de inyectarse

- Comprobar que es la insulina correcta.
- Revisar la fecha de caducidad.
- Si la insulina estaba en nevera, esperar unos minutos para que se temple.

Durante la inyección

- Usar una aguja nueva cada vez.
- No compartir agujas ni plumas.
- Mantener la aguja unos segundos antes de retirarla.

¿Cómo saber si la dosis está funcionando?

El equipo sanitario puede ayudar a interpretar:

- Glucemia capilar.
- Sensor de glucosa (si se utiliza).
- Tiempo en rango.
- Episodios de hipoglucemia.

No modificar la dosis de forma brusca sin revisar:

- Alimentación.
- Ejercicio.
- Enfermedad.
- Estrés.
- Cambios hormonales.

Señales de alerta: consultar con el equipo sanitario si...

- Hay hipoglucemias frecuentes.
- La glucosa está alta varios días seguidos.
- Aparecen endurecimientos donde se pincha.
- Hay olvidos de dosis con frecuencia.
- Se tienen dudas sobre cómo calcular la insulina.

Enlace a guía de supervivencia para personas con diabetes y sus familiares de la Sociedad Andaluza de Endocrinología y Nutrición (SAEDyN)

Enlace a guía de supervivencia para personas con diabetes y sus familiares de la Sociedad Andaluza de Endocrinología y Nutrición (SAEDyN)