



Marco

Con mejor control con su bomba desde 2011

OJALÁ HUBIERA OTRA FORMA DE CONTROLAR LA HIPOGLUCEMIA



Bomba de insulina



La hipoglucemia puede ser una de las **mayores preocupaciones** para las personas con diabetes tipo 1, especialmente durante la noche, cuando es más difícil reconocer los niveles bajos de insulina (bajadas).

Cualquier persona con diabetes tipo 1 puede experimentar bajadas inesperadas. Uno de los **objetivos principales** del tratamiento de la diabetes es **lograr los niveles deseados de HbA1c** de manera segura, sin aumentar el riesgo de hipoglucemia.

Lea los testimonios reales de otras personas con diabetes tipo 1 y descubra cómo han encontrado el camino hacia un mejor control y menos episodios de hipoglucemia.

“Al principio, con múltiples dosis de insulina (MDI), nunca podía predecir cuándo se presentarían episodios de hipoglucemia. Una vez, simplemente, me desmayé en la calle. Aún recuerdo a la gente evitándome y pasando de largo, probablemente, pensando que estaba borracho. Tuve que arrastrarme solo a casa. Había oído muchas experiencias positivas con el tratamiento con bomba de insulina, así que, después de un largo periodo de episodios de hipoglucemia, le pregunté a mi médico si podía probarlo. Ahora, llevo una bomba de insulina todo el tiempo y casi me he olvidado de lo que eran los episodios de hipoglucemia.” **Marco**



La diabetes tipo 1 y la hipoglucemia

Sufrir una hipoglucemia asusta y puede provocar un miedo real a padecer más episodios.

La hipoglucemia puede aparecer por varias razones y normalmente se debe a que hay un exceso de insulina en el cuerpo. Este exceso de insulina desplaza demasiada glucosa del torrente sanguíneo a las células, retirando la fuente crucial de energía que el cuerpo y el cerebro necesitan para funcionar.

Algunos de los principales factores que pueden conducir a una hipoglucemia son:

- Retrasar o saltarse las comidas
- Comidas con pocos carbohidratos o sobrestimar el contenido de carbohidratos de la comida
- Comidas con mucha grasa
- Ponerse un bolus excesivo
- Consumo de alcohol
- Ejercicio
- Una dosis de insulina basal inadecuada

“Opté por la bomba después de un largo periodo de episodios de hipoglucemia, que también se producían de noche. Mi novia me despertó en una ocasión porque tenía convulsiones. Me arrastró hasta el baño y me dio una ducha fría y azúcar. Después de eso, le dije a mi médico que quería probar la bomba, ya que había leído muchas experiencias positivas sobre ella en Internet. Entonces empecé a llevarla.” **Marco**

Un mejor control a su alcance

Hipoglucemia leve y grave

La **hipoglucemia** se produce cuando los niveles de glucosa en sangre caen por **debajo de 65 mg/dL**, pero pueden variar según la persona. La hipoglucemia puede ser leve o grave.

Hipoglucemia leve: Cuando se notan los síntomas y se puede actuar **comiendo o bebiendo algo con carbohidratos**.

Hipoglucemia grave: Requiere asistencia de otra persona y puede precisar tratamiento hospitalario.

El miedo a tener un nivel bajo de glucosa en sangre y el riesgo de hipoglucemia pueden hacer que las personas con diabetes tipo 1 mantengan deliberadamente altos los niveles de glucosa para evitar bajar demasiado. No obstante, esta hiperglucemia autoinducida durante periodos de tiempo prolongados puede provocar complicaciones. Un mejor control de los niveles de glucosa ayudará a evitar tanto las subidas como las bajadas.



Teresa

Con mejor control con su bomba desde 2012

Un valor menor de HbA1c puede contribuir a reducir las complicaciones

La **HbA1c**: es una **medida importante** de la eficacia con la que se supervisa la diabetes utilizando los niveles medios de glucosa de los 2-3 meses anteriores para evaluar el nivel de control de la diabetes.

El estudio DCCT (Diabetes Control and Complications Trial, ensayo sobre el control y las complicaciones de la diabetes) confirma que **reducir la HbA1c en sólo un 1%** puede disminuir el riesgo de desarrollar complicaciones microvasculares hasta en un 40%.* La HbA1c se debe supervisar tres o cuatro veces al año con **el objetivo de mantenerla por debajo del 7% (53 mmol/mol)**, o en el nivel establecido por su médico.*

Para muchas personas es difícil mantener la HbA1c baja sin aumentar el riesgo de hipoglucemia. La terapia con bomba de insulina les permite ajustar instantáneamente las necesidades de insulina.

Por tanto, es importante lograr el control de la glucosa en sangre. Algunas de las mejores formas de hacerlo y minimizar la hipoglucemia al mismo tiempo son:

- Administrar la insulina con más regularidad en menores cantidades*
- Equilibrar los niveles de glucosa antes y después del ejercicio
- Ajustar la dosis de insulina para adaptarla a los carbohidratos de las comidas
- Ajustar la administración de insulina de acuerdo con las actividades cotidianas
- Saber cuándo y cómo ajustar la terapia supervisando los niveles de glucosa durante todo el día

Alcanzar y mantener el objetivo de la HbA1c mientras se minimiza el riesgo de hipoglucemia puede resultar difícil. **El tratamiento con bomba de insulina permite ajustar los requisitos de insulina a las necesidades del cuerpo.**

Entonces, ¿qué más puede hacer alguien con diabetes tipo 1 para minimizar la hipoglucemia?

Un mejor control a su alcance

Para muchas personas, la bomba de insulina ofrece una solución ideal

Para superar las dificultades de **mantener los niveles de glucosa en sangre mejor controlados**, muchas personas con diabetes tipo 1 **confían en las bombas de insulina**.

Una bomba de insulina es un **dispositivo pequeño**, aproximadamente del tamaño de un teléfono móvil, que se puede **llevar fácilmente** en el **cinturón**, dentro del **bolsillo**, o incluso enganchado **al sujetador**.

La bomba de insulina le ayuda a usted y a su equipo médico, ya que **imita mejor la forma en que un páncreas sano suministra la insulina basal al cuerpo** aportando pequeñas cantidades de insulina de acción rápida durante todo el día y toda la noche.

Puede **ayudar a gestionar mejor la necesidad de ajustar la dosis de insulina**, en especial después de las comidas y durante la noche, y así **contribuye a lograr un mejor control de la glucosa**.

En lugar de administrarse inyecciones frecuentes, con el tratamiento de bomba solamente hay que **cambiar el equipo de infusión cada dos o tres días**.



Bomba de Marco a tamaño real

"Probé la bomba de insulina durante un tiempo y me di cuenta de que no me estorbaba en mi vida cotidiana y en actividades como el deporte. Así que decidí usar una bomba permanentemente." **Simon**



¿Cómo ayuda la bomba de insulina a controlar los niveles de glucosa?

La bomba de insulina permite un **mejor control de la glucosa gracias a la capacidad de ajustar el suministro de insulina**, lo que reduce el riesgo de hiper e hipoglucemia. Quienes utilizan el tratamiento con bomba de insulina pueden obtener los siguientes beneficios:

- **Dosificación más sencilla:** calcular las necesidades de insulina puede ser una tarea compleja en la que hay que tener en cuenta muchos aspectos distintos. Algunas bombas de insulina, tienen una función integrada que ayuda a garantizar una **dosificación precisa** al tener en cuenta la insulina ya presente en el cuerpo, los niveles actuales de glucosa, la ingesta de carbohidratos y los ajustes de insulina personales para determinar la dosis correcta.
- **Menos inyecciones:** el equipo de infusión se retira y sustituye fácilmente cada dos o tres días y suministra cantidades **precisas** de insulina de acción rápida durante todo el día.
- **Mayor flexibilidad:** Algunas bombas de insulina pueden **ajustar instantáneamente** para poder hacer ejercicio, durante enfermedades o para suministrar bolus pequeños para cubrir el picoteo entre horas. Esto se puede hacer fácilmente **tocando un botón**, en lugar de con una inyección. Incluso hay una opción de **tasa basal temporal** para reducir o aumentar proporcionalmente la tasa de insulina basal, que se puede usar durante el ejercicio o una enfermedad, por ejemplo.
- **Más comodidad:** Algunas bombas ofrecen la comodidad adicional que supone un **medidor de glucosa en sangre con conexión inalámbrica**. El medidor envía automáticamente los valores de glucosa en sangre a la bomba, lo que permite que los cálculos de la función de dosificación precisa sean más exactos. También, **almacena esta información en un diario digital** junto con sus dosis de insulina.

Los estudios clínicos confirman que los pacientes con diabetes tipo 1 de todas las edades que cambian de MDI al tratamiento con bomba de insulina refieren mejoras en la calidad de vida y una mayor satisfacción con el tratamiento.*

Un mejor control a su alcance

¿Cómo puede la bomba de insulina ayudar en la vida cotidiana?

La bomba puede ayudar a **mantener los niveles deseados** y a reducir la hipoglucemia.* Controlar fácilmente las necesidades de insulina puede permitir **un modo de vida más flexible**.

La bomba de insulina y la comida

La comida representa un papel central en el control y tratamiento de la diabetes. Si se realizan inyecciones frecuentes, puede ser más difícil adaptarse a diversas dietas, a los retrasos en las comidas o a saltarse una comida. Con La bomba, **equilibrar los requisitos de insulina con la comida es más fácil**; por ejemplo, se pueden utilizar las distintas opciones de administración de bolus **para adaptarse a las necesidades de la situación** y el tipo de comida.



Simon

Con mejor control con su bomba desde 2004

Asimismo, la función de dosificación precisa que poseen algunas bombas, facilita el cálculo de la cantidad de insulina necesaria, ya que lo **hace basándose** en: la ingesta de carbohidratos, los niveles de glucosa en sangre, las ratios de insulina y carbohidratos y la cantidad de insulina activa en el cuerpo. Esto contribuye a garantizar que obtiene exactamente la cantidad correcta de insulina para controlar sus niveles de glucosa.

La bomba de insulina y el ejercicio

Realizar ejercicio con regularidad es importante para el cuerpo y la mente y está recomendado por la mayoría de los médicos. El ejercicio también puede reducir los niveles de glucosa en sangre. La bomba ofrece **la posibilidad de ajustar la tasa basal** de insulina según sea necesario para cada actividad, desde un partido competitivo hasta un suave paseo, y ayuda a reducir el riesgo de hipoglucemia tras el ejercicio. **Muchos deportistas** con diabetes tipo 1 utilizan una bomba de insulina para lograr un mejor control de la glucosa.

La bomba de insulina y la hipoglucemia nocturna

Las necesidades basales pueden cambiar a lo largo de las 24 horas del día. Con MDI, las dosis de insulina de acción prolongada se suelen adaptar a la necesidad media y normalmente no cubren esas fluctuaciones. Con la bomba, **se pueden establecer distintas tasas basales adaptadas a los requisitos personales en cada momento**, lo que podría contribuir a minimizar los casos de hipoglucemia, en especial por la noche, durante el sueño.

Tras varios años de diabetes, los pacientes pueden perder la capacidad de detectar una hipoglucemia inminente. El uso de la bomba de insulina **podría mejorar la sensibilidad a la hipoglucemia** al reducir los episodios hipoglucémicos leves y los picos en los niveles de glucosa durante el día y la noche*



*“Desde que lleva la bomba, los niveles de glucosa en sangre de Lara se estabilizaron y ha tenido menos episodios de hipoglucemia. Para mí significó menos preocupaciones y más calidad de vida.” **Andrea***

Un mejor control a su alcance

¿La bomba de insulina es adecuada para mí?

Muchas personas con diabetes tipo 1 se pueden **beneficiar** de la bomba de insulina incluso sin saberlo. En general, si presentan alguna de las siguientes características, podrían lograr un mejor control con una bomba de insulina:

- Preocupación por las complicaciones a largo plazo
- Miedo a las agujas
- Dificultad para controlar los niveles altos y bajos
- Miedo a la hipoglucemia, especialmente por la noche
- Niveles de HbA1c fuera de los umbrales deseados
- Poca sensibilidad a los episodios de hipoglucemia
- Búsqueda de más flexibilidad en la vida cotidiana

La mejor manera de permanecer dentro de un intervalo de glucosa saludable es comprobar los niveles de glucosa en sangre (automonitorización) al menos cuatro veces al día y ajustar la insulina según proceda. Con la función de dosificación precisa que tienen algunas bombas se pueden hacer esos cálculos y ajustes para **mejorar el control de la glucosa**.

*“¿Qué puedo decir? Ahora, con la bomba, la diabetes ya no me controla; yo controlo la diabetes” **Teresa***

Hable con su médico sobre el tratamiento con bomba de insulina y consulte si puede ser adecuado para usted.



Opciones adicionales disponibles con algunas bombas de insulina

Algunas bombas de insulina también permiten el uso de una función adicional integrada de Monitorización Continua de Glucosa (MCG) y de un software de gestión de la terapia. La bomba de insulina, cuando se combina con la MCG, puede ayudar a reducir el impacto de la hipoglucemia. Si el nivel de glucosa llega a niveles muy bajos, la bomba de insulina puede suspender la administración de insulina durante dos horas automáticamente.

También puede indicar si los niveles de glucosa están aumentando o cayendo rápidamente mediante un sonido de alarma. Esto puede constituir una gran ventaja en comparación con la automonitorización capilar de los niveles de glucosa solamente, ya que el sistema integrado también alertará al cruzar los umbrales preestablecidos y muestra las tendencias de la glucosa en cada momento.

Para saber más sobre estas opciones adicionales y cómo pueden mejorar el tratamiento de la diabetes puede consultar con su equipo médico.

Un mejor control a su alcance



Federación de Diabéticos Españoles (FEDE)

Calle de La Habana, 35 (posterior)

28945 - Fuenlabrada (Madrid)

Teléfono: 91 690 88 40

Web: www.fedesp.es

Contenido destinado a adultos exclusivamente. El contenido y toda la información incluida en este folleto tiene fines informativos exclusivamente y no pretende sustituir en modo alguno el consejo, diagnóstico o tratamiento médico profesional. Tenga en cuenta que los testimonios de los pacientes incluidos aquí son experiencias concretas de un paciente en particular. La experiencia y los resultados de una persona están influidos por muchos factores y pueden variar de un paciente a otro. Comente siempre con su médico la información de diagnóstico y tratamiento y asegúrese de entender y seguir escrupulosamente esa información. Solo para uso personal, prohibida su distribución en España.