

Entendiendo tu insulina y las opciones de administración

Los diferentes tipos de insulina disponibles y la forma en que se administran pueden resultar confusos. Estamos aquí para ayudarte a saber de qué hablar con tu médico, qué tipos de insulina están disponibles y las formas en que se puede administrar la insulina.

Habla con tu médico

Tu médico te ayudará a elegir el tipo de insulina y el método de administración que mejor se adapte a tus necesidades y te ayudará a alcanzar tus objetivos de glucosa en sangre (azúcar en sangre). Habla con tu médico sobre:



-  Costo y cobertura del seguro
-  Ansiedad o timidez ante las agujas al administrarte insulina
-  Tu estilo de vida, incluyendo si practicas deportes o eres físicamente activo.
-  Problemas de hipoglucemia (nivel bajo de glucosa en sangre) o hiperglucemia (nivel alto de glucosa en sangre).

Una vez que tú y tu médico comprendan tus preferencias, discutirán las opciones que mejor se adapten a tus necesidades.

Tipos de insulina

Los diferentes tipos de insulina se basan en la rapidez con la que comienza a hacer efecto (**inicio**), en el momento en que la insulina alcanza su máxima potencia (**pico**) y en el tiempo que permanece activa en el cuerpo (**duración**).

De acción rápida

Inicio: Aproximadamente 15 minutos
Pico: Aproximadamente 1-2 horas
Duración: Aproximadamente 2-4 horas

Inhalado de acción rápida

Inicio: Aproximadamente 10-15 minutos
Pico: Aproximadamente 30 minutos
Duración: Aproximadamente 1.5-3 horas

De acción corta

Inicio: Aproximadamente 30-60 minutos
Pico: Aproximadamente 2-3 horas
Duración: Aproximadamente 3-6 horas

De acción intermedia

Inicio: Aproximadamente 2-4 horas
Pico: Aproximadamente 4-12 horas
Duración: Aproximadamente 12-18 horas

De acción prolongada

Inicio: Aproximadamente 1.5-4 horas
Pico: sin pico
Duración: Aproximadamente 24 hora

Acción ultralarga

Inicio: Aproximadamente 6 horas
Pico: sin pico
Duración: Aproximadamente 36+ horas

Métodos de administración

La insulina líquida se puede inyectar o administrar en el tejido graso que se encuentra debajo de la piel del abdomen, el muslo o el brazo mediante una jeringa, una pluma de insulina o una bomba de insulina. La insulina inhalada es un polvo que se inhala por la boca mediante un inhalador.

Jeringuilla

Para administrar insulina con una jeringa, es necesario extraer la insulina de un vial y verterla en la jeringa, utilizando la marca del vial para obtener la dosis correcta.

- Suele ser la opción más económica.
- Permite mezclar diferentes tipos de insulina.
- Es posible que necesites calcular tu dosis.
- Puede resultar difícil sujetar la jeringa y el vial, extraer la insulina o inyectarte la dosis.
- Es posible que tengas dificultades para leer las unidades en la jeringa.
- Puede resultar más difícil llevar contigo las jeringas y los viales, ya que ocupan más espacio.

Plumas de insulina

Las plumas de insulina tienen el aspecto de un bolígrafo grande y vienen precargadas o con cartuchos de insulina reemplazables. La dosis se ajusta mediante un dial.

- Las plumas de insulina son pequeñas y fáciles de llevar contigo.
- Parecen bolígrafos normales.
- Tus dosis se ajustan mediante un dial, por lo que es más fácil y preciso.
- Puede resultar más caro que usar una jeringa y un vial.
- Solo viene con insulinas y proporciones comúnmente mezcladas.

Insulina inhalada

La insulina inhalada es un polvo de acción rápida que se inhala hacia los pulmones mediante un pequeño inhalador. La insulina viene en cartuchos que se utilizan con el inhalador, y la dosis que se inhala se basa en las unidades que contiene cada cartucho.

- No necesitas una aguja para administrar la insulina, lo que proporciona una administración indolora.
- Menor ansiedad ante las agujas.
- Puede ser útil si no puedes inyectarte insulina debido a pérdida de visión, dificultad para usar las manos o una discapacidad mental.
- Es posible que aún necesites una insulina de acción prolongada.
- No puedes usar insulina inhalada si tienes ciertas afecciones pulmonares, como asma o EPOC.
- Tienes problemas de visión o de destreza manual.

Bombas de insulina

Las bombas de insulina son pequeños dispositivos que se llevan puestos o que se adhieren al cuerpo. Administran un flujo constante de insulina de acción rápida a través de un pequeño tubo (cánula) que se coloca debajo de la piel. También puedes añadir insulina en bolo cuando sea necesario y limitar la cantidad de insulina basal administrada.

- No necesitas usar jeringas ni plumas de insulina con tanta frecuencia.
- La dosificación es muy precisa.
- Las bombas de insulina deben usarse las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Puedes desarrollar infecciones cutáneas en el lugar de la infusión.
- Es posible que tu plan de seguro no los cubra.

Sistemas de administración automatizada de insulina (AID)

Los sistemas AID combinan una bomba de insulina con un monitor continuo de glucosa (CGM). El sistema ajusta automáticamente la insulina administrada en función de tus niveles de glucosa en sangre.

- Reduce automáticamente la insulina administrada para prevenir la hipoglucemia.
- Aumenta automáticamente la insulina administrada para corregir la hiperglucemia.
- Aún así, es necesario realizar cambios manuales en las comidas y la actividad física.
- Debes llevar dos dispositivos puestos en todo momento.