

# GLOSARIO DE TÉRMINOS SOBRE DIABETES



En este glosario, enumeramos y definimos palabras clave que tienen que ver con la diabetes. Puede usar esto para buscar palabras sobre las que desea obtener más información.

## **A1C**

Esto también es:

- HbA1c
- Hemoglobina A1c
- Hemoglobina glicosilada

Es un análisis de sangre. La prueba puede ser una punción del dedo o sangre extraída de su vena. Le indica cuál ha sido su promedio de azúcar en la sangre en los últimos tres meses. Lo hace midiendo el porcentaje de glóbulos rojos en su cuerpo que tienen glucosa pegada a ellos.

En la mayoría de los casos, los niveles normales de A1c son del 4% al 5.6%. El objetivo es de tener su A1c lo más cerca posible de lo normal, sin tener demasiadas reacciones bajas de azúcar en la sangre. Su equipo de diabetes le ayudará a averiguar cuál es el mejor objetivo para usted.

Asegúrese de hacer esta prueba tan a menudo como su equipo de diabetes lo ordene, aproximadamente cada 3 meses.

## **Anticuerpos**

Estas son proteínas que el cuerpo produce para protegerse de amenazas externas. Estas amenazas pueden incluir bacterias o virus. Las personas contraen diabetes tipo 1 cuando sus anticuerpos destruyen las propias células beta del cuerpo que producen insulina.

## **Enfermedad autoinmune**

Esta es una enfermedad causada por un problema en el sistema inmunológico del cuerpo (lucha contra la infección) que causa un ataque al cuerpo mismo, en lugar de una infección. La diabetes tipo 1 es este tipo de enfermedad.

## **Insulina basal**

Usted administra esta insulina con una inyección una o dos veces al día. La insulina basal viene en diferentes concentraciones que se muestran como U100, U200 y U300. Hay dos tipos de insulina basal: insulina de acción prolongada e insulina de acción intermedia. Vea Insulina de acción prolongada e Insulina de acción intermedia para obtener más información.

Las insulinas basales son:

<b>Nombre genérico</b>	<b>Nombre comercial</b>
NPH U100	Humulin (N) or Novolin (N) or ReliOn (N)
Degludec U100	Tresiba U100
Degludec U200	Tresiba U200
Detemir U100	Levemir
Glargine U100	Lantus, Basaglar or Semglee
Glargine U300	Toujeo

## **Tasa basal**

Su cuerpo necesita insulina de forma continuada, incluso cuando usted no está comiendo. La tasa basal es la cantidad de insulina que usted necesita administrar por inyecciones o con una bomba de insulina. Cuando la tasa basal o la dosis de insulina basal se determina correctamente, el azúcar en la sangre no sube ni baja cuando usted no está comiendo.

Para aquellos que usan una bomba, las tasas basales están en unidades por hora. Puede ver unidades por hora escritas como unidades/hora o u/hr. Las tarifas típicas están entre 0.4 u/h. y 1.6 u/h. Si está usando inyecciones, se administra dosis basales de insulina en unidades diarias, como 15 unidades o 20 unidades. Su equipo de diabetes le dirá cuáles deben ser sus dosis basales.

## Células beta o células $\beta$

Las células beta o células  $\beta$  son células que producen insulina.

Estas células se encuentran en la parte del páncreas llamada los Islotes de Langerhans. Vea Células para obtener más información.

## Glucosa en la sangre (BG, por sus siglas en inglés) o Azúcar en la sangre

La glucosa en la sangre también se llama azúcar en la sangre.

Este es el azúcar principal que se encuentra en la sangre. Este azúcar es la principal fuente de energía del cuerpo.

## Torrente sanguíneo

La sangre que fluye a través del sistema circulatorio en el cuerpo vivo.

## Nivel de azúcar en la sangre

Esto significa cuánta azúcar hay en la sangre.

Los niveles de azúcar en la sangre se miden en los EE.UU. en miligramos por decilitro, o mg/dl. En otros países, en milimoles, o mmol/l.

Un rango normal (para alguien sin diabetes) es de aproximadamente 70 a 100 mg/dl antes del desayuno y por debajo de 140 mg/dl después de las comidas.

## Medidor de azúcar en la sangre

Esta es una máquina pequeña y portátil. Las personas con diabetes lo usan para revisar sus niveles de azúcar en la sangre.

Después de pinchar la piel con una lanceta, se coloca una gota de sangre en una tira reactiva. La tira reactiva se coloca en la máquina. Luego, el medidor, o monitor, muestra el nivel de azúcar en la sangre como un número en la pantalla digital.

## Monitoreo del azúcar en sangre

Esto significa revisar su nivel de azúcar en la sangre regularmente para controlar la diabetes.

Necesita un medidor de azúcar en la sangre o un monitor continuo de glucosa (MCG) para hacer esto.

## Bolo

Esta es una explosión de insulina de acción corta o rápida. Actúa durante un corto período de tiempo.

A menudo, un bolo es para compensar el aumento de azúcar en la sangre que ocurre después de comer o beber carbohidratos. También es una dosis de corrección para reducir un nivel alto de azúcar en la sangre a la normalidad.

Las insulinas para esto son:

<b>Nombre genérico</b>	<b>Nombre comercial</b>
Insulina Regular	Humulin (R) or Novolin (R) or ReliOn (R)
Lispro	Humalog, Admelog, Lyumjev
Aspart	NovoLog, Fiasp
Glulisine	Apidra

## Cánula

Esta es una pequeña y flexible pieza de tubo. Permanece debajo de la piel una vez que retira la aguja del equipo de infusión de una bomba de insulina.

## Carbohidratos o

### Carbs (abreviación usada en inglés)

A los carbohidratos también se les llaman carbs en inglés. Los carbohidratos son una de las tres partes principales en los alimentos:

1. Carbohidratos
2. Grasas
3. Proteínas

Son la parte más importante de los alimentos para controlar el azúcar. Los carbohidratos son principalmente azúcares y almidones. Tienen cuatro calorías por gramo.

## Bolo de carbohidratos o Bolo alimenticio

Esta es una dosis de insulina que se envía rápidamente en el cuerpo para que coincida con los carbohidratos que está a punto de comer en una comida o tentempié. Cubre el aumento de azúcar en la sangre de los alimentos.



### Conteo de carbohidratos

Esto significa contar los gramos de carbohidratos en cualquier alimento que coma o líquido que beba. Esta es una forma útil de averiguar la cantidad de insulina que necesita para mantener un nivel normal de azúcar en la sangre.

### Factor de carbohidratos o Proporción de carbohidratos o Proporción de insulina-a-carbohidratos

Este es el número de gramos de carbohidratos que cubre una unidad de insulina para una persona. Esto varía de persona a persona. Su equipo de diabetes le dirá su proporción.

### Células

Las células son las unidades más pequeñas de la vida. Son bloques de construcción básicos para todas las formas de vida conocidas. Las células forman las partes de su cuerpo, como la piel, los huesos, el corazón, el hígado o los pulmones. Una persona tiene más de 10 trillones de células en su cuerpo.

### Especialista Certificado en Cuidado y Educación sobre la Diabetes (CDCES, por sus siglas en inglés)

Un profesional de la salud que tiene una formación especializada y certificación en educación sobre la diabetes.

### Infusión continua de insulina subcutánea (ICIS) (CSII, por sus siglas en inglés) o Bomba de insulina

CSII es el nombre formal de una bomba de insulina. Vea Bomba de insulina para obtener más información.

### Coma o Coma Diabética

Es un estado de sueño en el que una persona no está consciente. Los niveles de azúcar muy altos o muy bajos en personas con diabetes pueden causar un coma.

### Monitor continuo de glucosa (MCG)

Un sistema con un sensor, transmisor y receptor que indica sus niveles de glucosa debajo de la piel cada 1 a 5 minutos.

### Bolo de corrección

Un chorro de insulina de acción corta o rápida que se envía rápidamente al cuerpo. Se utiliza para devolver un nivel alto de azúcar en la sangre dentro del rango meta de una persona antes de una comida, después de una comida o a la hora de acostarse.

### Factor de corrección o Factor de sensibilidad a la insulina

Esta es la caída en el nivel de azúcar en la sangre que producirá una unidad de insulina. Lo establece su equipo de diabetes. A menudo está en el rango de 25 a 75, pero puede ser más o menos dependiendo de lo que su cuerpo necesite.

Se utiliza un factor de corrección de 50 como punto de partida. Esto significa que 1 unidad de insulina reducirá su nivel de azúcar en la sangre en 50 mg/dl. Por ejemplo, si su factor de corrección es 50 y su nivel de azúcar en la sangre es de 200 mg/dl, se espera que el dar 1 unidad de insulina reduzca su azúcar en 50 puntos en las próximas 3-5 horas. Si toma 1 unidad de insulina al mediodía, el azúcar en la sangre caerá de 200 mg/dl a 150 mg/dl a las 3 o 4 de la tarde.

### Deshidratación

Esto es cuando una persona no tiene suficiente agua en su cuerpo. Puede provenir de beber muy poco líquido. También puede provenir de perder demasiado líquido corporal cuando una persona orina u orina con frecuencia, suda, tiene diarrea o vómitos.

### Hipoglucemia de inicio retardado

Una caída en los niveles de azúcar en la sangre que puede suceder horas después de hacer ejercicio intenso.

## Equipo de diabetes

Un grupo de personas que le ayudan a cuidar su diabetes. Usted es el miembro más importante de su equipo. Las otras personas en su equipo pueden ser:

- Médico
- Enfermera o enfermera practicante o asistente médico
- Educador en diabetes
- Dietista
- Trabajador social
- Psicólogo
- Oftalmólogo
- Médico de pies

Estas personas son parte de su equipo de diabetes. Cada uno de ellos puede ayudarle a cuidar mejor su diabetes.

## Cetoacidosis diabética (CAD) (DKA por sus siglas en inglés) o Cetoacidosis

Esta es una condición muy grave en la que el cuerpo no tiene la insulina que necesita. Esto resulta en deshidratación y la acumulación de ácidos en la sangre. Esto necesita ser tratado en el hospital. Es potencialmente mortal.

## Dietista

Un profesional de la salud que informa a las personas sobre la planificación de comidas, el conteo de carbohidratos, el control de peso y el control de la diabetes. Un dietista registrado (RD, por sus siglas en inglés) tiene más formación. Los dietistas también pueden ser educadores en diabetes.

## Endocrinólogo

Un médico con el título MD o DO, por sus siglas en inglés, ha entrenado para tratar enfermedades relacionadas con problemas glandulares. Esto incluye la diabetes.

## Bolo extendido

Por lo general, la bomba de insulina administra una explosión de insulina (dosis en bolo) de inmediato. Un bolo extendido administra insulina durante un período más largo, lo cual es bueno para los alimentos que el cuerpo absorbe más lentamente, como son los alimentos que contienen mucha grasa.

## Ayuno

Esto significa no comer alimentos ni beber líquidos, excepto agua, durante un período de tiempo (generalmente de 10 a 12 horas para exámenes médicos).

## Prueba de glucosa plasmática en ayunas (FPG, por sus siglas en inglés)

Prueba de laboratorio que las personas realizan después de ayunar durante 8 a 10 horas. En la mayoría de los casos, las personas ayunan durante la noche y toman la prueba FPG por la mañana.

Un nivel de FPG de menos de 100 mg/dl es normal. Un nivel de 100 a 125 mg/dl significa prediabetes. Un nivel de 126 mg/dl o más significa que una persona probablemente tenga diabetes. Cuando un nivel es superior a 126 mg/dl, habrá más pruebas para confirmar si la persona tiene diabetes.

## Grasas

Las grasas son una de las tres partes principales de los alimentos junto con los carbohidratos y las proteínas. Las grasas se producen solas como líquidos o sólidos. Esto incluye aceites y margarinas. También pueden ser parte de otros alimentos..

Las grasas provienen de animales, verduras, nueces o semillas. Las grasas tienen 9 calorías por gramo.

## Fibra

Un tipo de carbohidrato que pasa intacto a través del sistema digestivo. Por lo general, no eleva los niveles de azúcar en la sangre por sí solo. Proviene de plantas.

La fibra agrega volumen a su dieta. Es muy importante para mantener sus intestinos sanos.

## Glucagón - la hormona

Esta es una hormona que se produce en el páncreas y eleva los niveles de azúcar en la sangre. El glucagón es la hormona opuesta a la insulina que reduce los niveles de azúcar en la sangre. En las personas sin diabetes, el glucagón y la insulina trabajan conjuntamente para mantener normales los niveles de azúcar en la sangre. En las personas con diabetes, no se produce suficiente glucagón para mantener los niveles normales de azúcar en la sangre, por lo que pueden bajar demasiado.

## Glucagón - el medicamento

El glucagón se administra como una inyección o un aerosol en la nariz para ayudar a elevar su nivel de azúcar en la sangre. Es algo que otra persona le daría si tuviera una reacción de bajo nivel de azúcar en la sangre y no pudiera comer o beber azúcar para recuperarlo. El glucagón eleva el azúcar en la sangre rápidamente. Lo hace liberando azúcar que se almacena en el hígado.

## Kit de emergencia de glucagón

Un kit que contiene glucagón, ya sea con una jeringa, un lapicero o un aerosol nasal. El glucagón es una hormona que aumenta rápidamente el azúcar en la sangre. Se usa para tratar niveles severamente bajos de azúcar en la sangre.

Se necesita una receta para obtener glucagón. Siempre debes tener un kit de glucagón en casa, por si acaso. Asegúrese de que el que tiene no haya caducado.

## Glucosa

Un azúcar simple que está en la sangre. El cuerpo utiliza la glucosa para obtener energía.

## Tabletas de glucosa

Tabletas que usted mastica y traga. Están hechos de glucosa pura. Las personas los toman para tratar el nivel bajo de azúcar en la sangre.

## Índice glucémico (IG) (GI, por sus siglas en inglés)

Este es un método para clasificar los alimentos, sobre todo los carbohidratos. El índice se basa en cuánto aumenta el nivel de azúcar en la sangre después de comer ciertos alimentos.

## Glucógeno

Cuando comes, los carbohidratos se convierten en una forma de azúcar llamada glucógeno. Esta es una forma de almacenamiento de glucosa en el hígado y los músculos. El glucógeno se almacena en el hígado y los músculos. Cuando usted tiene un nivel bajo de azúcar en la sangre, ayunas o ejerce, el glucógeno se convierte en glucosa y se libera en el torrente sanguíneo cuando lo necesita.

## Gramo

Esta es una pequeña unidad de peso en el sistema métrico. Las personas con diabetes usan gramos para pesar los alimentos.

## Hormona

Esta es una sustancia química producida por una glándula o tejido. La sangre lo transporta a otras células del cuerpo. Allí, la hormona se adhiere a las células y hace que hagan un cierto trabajo. Por ejemplo, cuando la insulina se adhiere a una célula muscular, deja que el azúcar entre en la célula. Esto se describe como un efecto de "cerradura y llave". La hormona es la llave y la célula es la cerradura. Cuando la hormona insulina se adhiere a la célula, abre la puerta y deja entrar el azúcar.

La insulina y el glucagón son hormonas.

## Hiperglucemia o

### Nivel alto de azúcar en la sangre

Esto es cuando una persona tiene un nivel de azúcar en la sangre más alto de lo normal. En la mayoría de los casos, esto significa un nivel de azúcar en la sangre de más de 180 mg/dl (10.0 mmol/L).



## Hiperglucemia o Nivel bajo de azúcar en la sangre o Reacción de insulina

Esto es cuando una persona tiene un nivel de azúcar en la sangre más bajo de lo normal. En la mayoría de los casos, esto significa un nivel de azúcar en la sangre de menos de 70 mg/dl (3.9 mmol/L).

Los síntomas pueden variar. Pueden incluir sentirse confundido, nervioso, tembloroso, somnoliento o de mal humor.

También pueden incluir sudoración, dolores de cabeza o entumecimiento en los brazos y las manos.

Si no se trata, un nivel severamente bajo de azúcar en la sangre puede causar pérdida del conocimiento, convulsiones o, muy raramente, incluso la muerte.

## Equipo de infusión

Esto es parte de una bomba de insulina. Este equipo transfiere insulina desde la bomba a través de una línea de infusión hasta debajo de la piel. El conjunto incluye el tubo, el conector de tubos, el conjunto de inserción, la cánula y el adhesivo.

## Sitio de infusión o Sitio de inserción

Esta es el área del cuerpo donde alguien que usa una bomba de insulina inserta la cánula o la aguja.

## Inyección

Esto es cuando alguien inserta medicamentos líquidos o nutrientes en el cuerpo con una jeringa u otro dispositivo como un lapicero de insulina. Una persona con diabetes inyecta insulina justo debajo de la piel, en lo que se llama el “tejido subcutáneo”.

Subcutáneo significa debajo de la piel.

## Sitios de inyección

Estos son lugares en el cuerpo donde las personas se inyectan insulina con mayor frecuencia.

## Rotación del lugar de inyección y Rotación del lugar de infusión

Esto es cuando usted cambia el lugar de su cuerpo en el que da sus inyecciones. Cuando rotas sitios, sigues un patrón regular a medida que mueve sus tomas de un lugar a otro. Es importante rotar el sitio de inyección en su cuerpo para asegurarse de que no se acumulen bultos de grasa o tejido cicatricial debajo de la piel. Estos bultos y cicatrices hacen que sea más difícil para el cuerpo absorber la insulina y pueden hacer que los niveles de azúcar en la sangre sean más difíciles de manejar.

## Insulina

Esta es una hormona producida en el páncreas. El cuerpo envía insulina cuando los niveles de azúcar en la sangre aumentan, por ejemplo, después de comer. Su trabajo es reducir los niveles de azúcar en la sangre a la normalidad.

La insulina permite que el azúcar entre en las células. El azúcar le da a sus células la energía para vivir. Sin insulina, el azúcar permanece en el exterior de las células y sube a niveles muy altos en la sangre. Sin insulina, usted moriría porque sus células no tendrían energía para vivir.

Cuando su cuerpo no puede producir su propia insulina, hay diferentes tipos de medicamentos de insulina que puede tomar. Su equipo de diabetes determinará la mejor insulina para usted. La siguiente tabla explica acerca de los diferentes tipos de insulina. También puede buscar los tipos y nombres de insulina en este glosario para obtener más información.

## Tipos de Insulina

<b>Categoría y Nombre Comercial</b>	<b>Inicio</b> — Tiempo para que la insulina llegue al torrente sanguíneo	<b>Pico</b> — Período en el que la insulina es más eficaz	<b>Duración</b> — Cuánto tiempo funciona la insulina
<b>INSULINA DE ACCIÓN RÁPIDA</b>			
Lispro (Humalog)	Entre 15 a 30 minutos	Entre 30 a 90 minutos	Entre 3 a 5 horas
Aspart (Novolog)	Entre 15 a 30 minutos	Entre 30 a 90 minutos	Entre 3 a 5 horas
Glulisine (Apidra)	Entre 15 a 30 minutos	Entre 30 a 90 minutos	Entre 3 a 5 horas
<b>INSULINA DE ACCIÓN CORTA</b>			
Insulina Regular [R] (Humulin [R], Novolin [R] or ReliOn [R])	Entre 30 minutos a 1 hora	Entre 2 a 5 horas	Entre 5 a 8 horas
<b>INSULINA DE ACCIÓN INTERMEDIA Y LLAMADA INSULINA BASAL</b>			
NPH [N] (Humulin [N], Novolin [N] or ReliOn [N])	Entre 1 a 2 horas	Entre 4 a 12 horas	Entre 18 a 24 horas
<b>INSULINA DE ACCIÓN PROLONGADA (TAMBIÉN LLAMADA INSULINA BASAL)</b>			
U100 Glargine (Basaglar or Lantus)	Entre 1 a 1 hora y media	Puede causar un pico leve a las 12 horas en algunas personas; No hay hora pico en otros	Entre 20 a 24 horas
U300 glargine (Toujeo)	Entre 1 a 1 hora y media	Sin pico	Entre 28 a 36 horas
Detemir (Levemir)	Entre 1 a 2 horas	Entre 6 a 8 horas	Hasta 24 horas
Degludec (Tresiba)	Entre 30 a 90 minutos	Sin pico	Entre 42 horas
<b>INSULINA PREMEZCLADA</b>			
50% NPH/50% insulina regular Humulin 50/50	Entre 30 minutos	Entre 2 a 5 horas	Entre 8 a 24 horas
Insulina del 70% de acción prolongada/30% de acción rápida Novolog 70/30	Entre 10 a 20 minutos	Entre 1 a 4 horas	Hasta 24 horas
Insulina del 75% de acción prolongada/25% de acción rápida Humalog mix 75/25	Entre 15 minutos	Entre 30 minutos a 2 horas y media	Entre 16 a 20 horas
<b>INSULINA DE ACCIÓN ULTRA RÁPIDA</b>			
Lispro aabc (Lyumjev)	15-17 minutos	57 minutos	4.6 to 7.3 horas
Insulin aspart (Fiasp)	16-20 minutos	90-120 minutos	5-6 horas
<b>INSULINA INHALADA</b>			
Insulina Regular (Afrezza)	12 minutos	30-45 minutos	2 horas



## Ajustes de insulina

Un cambio en la cantidad de insulina que toma una persona con diabetes. Basado en factores como la planificación de comidas, los niveles de actividad y los niveles de azúcar en la sangre.

## Lapicero de insulina

Dispositivo que inyecta insulina. Parece un bolígrafo para escribir. Para inyectar la insulina debajo de la piel, se debe enroscar una aguja en la parte superior del lapicero. Hay dos tipos de lapiceros de insulina:

- Lapicero precargada con insulina desechable
- Lapicero reutilizable que contiene cartuchos reemplazables de insulina

## Bomba de insulina

Esta es una máquina pequeña del tamaño de un teléfono celular pequeño. Está computarizado. Puede programarlo para administrar una cantidad constante de insulina basal y administrar un bolo de insulina para una comida o un nivel alto de azúcar en la sangre. Toma el lugar de las inyecciones de insulina.

Una bomba envía insulina de acción rápida a través de un catéter plástico o un tubo. Un equipo de infusión de Teflón o una pequeña aguja de metal se conecta al tubo. Usted inserta el conjunto o la aguja pequeña a través de la piel. El cuerpo absorbe gradualmente la insulina en el torrente sanguíneo.

## Insulina Regular

Este es un nombre genérico de un tipo de insulina de acción corta. Los nombres comerciales de la insulina regular son Humulin [R], Novolin [R] o ReliOn [R]. Vea Insulina de acción corta para obtener más información.

## Sensibilidad a la insulina

Esto es como el cuerpo reacciona a la insulina. Cada persona reacciona de manera diferente, ya sea que su cuerpo esté produciendo su propia insulina o que esté recibiendo insulina mediante inyecciones o una bomba. Si una persona es sensible a la insulina, significa que una menor cantidad de insulina reducirá el nivel de azúcar en la sangre. Si una persona es menos sensible a la insulina, significa que necesitará más insulina para reducir el nivel de azúcar en la sangre al mismo nivel. Cuando una persona requiere más insulina para reducir el azúcar en la sangre, se dice que es más resistente a la insulina.

## Insulina de acción intermedia

Este es un tipo de insulina basal. Controla el azúcar en la sangre durante aproximadamente la mitad del día o durante la noche. Esta insulina comienza a actuar en aproximadamente 1 a 2 horas. Funciona mejor en su cuerpo de 4 a 12 horas y luego comienza a desvanecerse. Cómo funciona es diferente para cada persona.

NPH es el nombre genérico del medicamento. Humulin [N], Novolin [N] o ReliOn [N] son nombres comerciales.

Esta insulina se ve turbia. Puede mezclarlo con insulina regular o de acción rápida en una jeringa. Vea Insulina basal, Insulina regular e Insulina de acción rápida para obtener más información.

## Islotes de Langerhans

Son pequeñas islas de células dispersas por todo el páncreas que producen hormonas. Algunas de estas células son las células beta, que producen insulina y las células alfa que producen glucagón.

## Cetoacidosis - Vea Cetoacidosis diabética

### Cetonas

El cuerpo libera estos ácidos cuando la grasa corporal se descompone. Las cetonas pueden acumularse a niveles peligrosos en ausencia de insulina. Esto se debe a que el cuerpo no es capaz de descomponer el azúcar como energía. Un análisis de orina o de sangre puede medirlos. Por lo general, se usa una varilla de inmersión de orina.



## Lanceta

Un dispositivo con resorte que se usa para pinchar la piel con una aguja pequeña. Usted hace esto para obtener una gota de sangre para comprobar su nivel de azúcar en la sangre.

## Lipodistrofia

Esto es cuando el tejido graso debajo de la piel se hincha, se endurece o forma hoyuelos. Si se inyecta insulina en esa área, es posible que su cuerpo no absorba esa insulina adecuadamente.

El darse muchas inyecciones en la misma área de la piel o colocar la cánula de la bomba en el mismo sitio una y otra vez a menudo causa esto. La rotación de sitios es muy importante para evitar esto.

## Insulina de acción prolongada

Este tipo de insulina basal controla el azúcar en la sangre de manera consistente durante un día entero o más. Después de la inyección, comienza a funcionar muchas horas y puede permanecer en el torrente sanguíneo hasta 42 horas. El tiempo que funciona puede ser distinto para diferentes personas. Puede comenzar a debilitarse unas horas antes para algunos, mientras que puede funcionar unas horas más para otros. Viene en diferentes fortalezas mostradas como U100, U200 y U300. Vea Insulina basal para aprender más.

Las insulinas de acción prolongada son:

<b>Nombre genérico</b>	<b>Nombre comercial</b>
Degludec U100	Tresiba U100
Degludec U200	Tresiba U200
Detemir U100	Levemir
Glargine U100	Lantus, Basaglar or Semglee
Glargine U300	Toujeo

## Seguro médico o seguro de salud

Este es un plan al que se inscribe una persona que paga algunos o todos los costos de la atención médica y quirúrgica. Estos planes difieren de un estado a otro. A veces las personas deben comprar su propio seguro. Otras veces lo obtienen de su trabajo o del gobierno. Los planes del gobierno incluyen Medicare y Medicaid. En algunos estados, el plan puede tener su propio nombre.

## Inyecciones diarias múltiples

### (MDI, por sus siglas en inglés)

Este es un programa en el que usted se administra muchas inyecciones de insulina cada día. En la mayoría de los casos, usted usa una insulina de acción prolongada junto con inyecciones de insulina de acción rápida antes de cada comida o tentempié. Algunas personas también usan insulina de acción intermedia. Vea Insulina de acción prolongada, Acción intermedia y Acción rápida para obtener más información.

## NPH (por sus siglas en inglés)

Este es un nombre genérico de medicamento de una insulina de acción intermedia. Los nombres comerciales de NPH son Humulin [N], Novolin [N] o ReliOn [N]. Vea Insulina de acción intermedia para obtener más información.

## Oclusión

Una oclusión ocurre cuando el equipo de infusión o el sitio de infusión se obstruye o bloquea. Esto puede detener o retrasar la administración de insulina.

En la mayoría de los casos, una oclusión es causada por una cánula que se pellizca, se dobla o se desprende.

Una oclusión puede ser parcial. Eso significa que solo limita, pero no detiene, el flujo de insulina. O puede ser completo. Eso significa que no pasa insulina a través del tubo.

## Páncreas

Este órgano está cerca del estómago. Está en lo profundo del centro del cuerpo. Libera insulina y otras hormonas. También libera enzimas digestivas.

## Farmacéutico

Este profesional de la salud prepara y administra medicamentos a las personas. Él o ella también proporciona información sobre medicamentos.

## Insulina premezclada

En la mayoría de los casos, las personas con diabetes toman estas dos o tres veces al día antes de una comida. Son insulinas donde se mezclan insulinas de acción corta y de acción prolongada. En la mayoría de los casos, se ven nublados. Los números después del nombre describen cuánta insulina de acción prolongada y de acción corta hay en la mezcla. Tienen muchos nombres, como:

- Humulin 70/30 (70% acción prolongada/30% acción corta)
- Novolin 70/30 (70% acción prolongada/30% acción corta)
- Novolog Mix 70/30 (70% acción prolongada/30% acción rápida)
- Humulin 50/50 (50% acción prolongada/50% acción corta)
- Humalog mix 75/25 (50% acción prolongada/50% acción corta)

## Proteínas

Estas son una de las tres partes principales de los alimentos junto con los carbohidratos y las grasas. Las proteínas están hechas de aminoácidos. Los alimentos como la leche, la carne, el pescado y los huevos tienen proteínas.

El cuerpo quema proteínas más lentamente que las grasas o los carbohidratos. Hay cuatro calorías por gramo de proteína.

## Insulina de acción rápida

Si usted se da inyecciones, se administrará tanto la insulina de acción prolongada como la insulina de acción corta o rápida. La insulina de acción rápida cubre las necesidades de insulina para las comidas. Usted se da una inyección antes de o cuando come.

Si usa una bomba, solo usa insulina de acción rápida. La bomba emite insulina de acción rápida en pequeñas cantidades de forma continua. También programa su bomba para que le dé un bolo de insulina para las comidas. Vea Insulina de acción prolongada y Bolo para más información.

Las insulinas de acción rápida son:

<b>Nombre genérico</b>	<b>Nombre comercial</b>
Lispro	Humalog or Admelog
Aspart	NovoLog
Glulisine	Apidra

Las insulinas de acción ultrarrápida incluyen:

<b>Nombre genérico</b>	<b>Nombre comercial</b>
Lispro aabc	Lyumjev
Aspart	Fiasp

## Depósito o cartucho

Este recipiente contiene la insulina de acción rápida dentro de una bomba.

## Autocontrol

En la diabetes, esto significa el proceso continuo de control de la diabetes. Incluye cuando usted:

- Planifique las comidas
- Planifique la actividad física
- Controle el azúcar en la sangre
- Tome medicamentos para la diabetes
- Maneje la diabetes cuando esté enfermo
- Maneje el nivel bajo y alto de azúcar en la sangre
- Controle su diabetes en los viajes

Las personas con diabetes diseñan su propio plan de tratamiento de autocontrol. Lo hacen con el apoyo de su equipo de diabetes. Esto incluye médicos, enfermeras, dietistas, farmacéuticos y otros.

## Contenedor de objetos punzantes

Este es un recipiente donde se deshace de las agujas y jeringas usadas. A menudo está hecho de plástico duro para que las agujas no puedan atravesarlo.

## Autocontrol de la glucosa en la sangre (SMBG, por sus siglas en inglés)

Esto es cuando usted controla su nivel de azúcar en la sangre con un medidor de azúcar en la sangre.



### **Insulina de acción corta**

La insulina de acción corta cubre las necesidades de insulina para las comidas. Usted se da una inyección unos 30 minutos antes de comer. Los nombres comerciales de insulina de acción corta son Humulin [R], Novolin [R] o ReliOn [R]. El nombre genérico es insulina regular.

### **Almidón**

Este es un tipo de carbohidrato complejo. Algunos ejemplos son el pan, la pasta y el arroz.

### **Azúcar**

Es un tipo de carbohidrato que a menudo tiene un sabor dulce. Esto incluye glucosa, fructosa y sacarosa. En el mundo de la diabetes, la palabra azúcar se usa a menudo en lugar de glucosa. La glucosa en la sangre y el azúcar en la sangre significan lo mismo.

### **Alcohol de azúcar**

Este es un sustituto del azúcar. Tiene azúcares simples con una molécula de alcohol unida a ellos. Esto reduce el contenido calórico. También puede retrasar el efecto sobre los niveles de azúcar en la sangre.

### **Jeringa**

Este es un dispositivo utilizado para inyectar medicamentos u otros líquidos en los tejidos del cuerpo. La jeringa de insulina tiene un tubo de plástico hueco con un émbolo dentro. También tiene una aguja en el extremo.

### **Dosis diaria total (TDD, por sus siglas en inglés)**

La cantidad total de insulina que una persona usa en un día. Significa sumar todas las dosis de insulina, tanto la insulina de acción rápida como la de acción prolongada, juntas. Usted usa el TDD para ayudar a calcular la tasa basal, el factor de carbohidratos y el factor de corrección.

### **Diabetes tipo 1 (DT1)**

En la diabetes tipo 1, el páncreas produce poca o ninguna insulina. Esto se debe a que las células beta en el cuerpo que producen insulina se destruyen.

Es una enfermedad autoinmune. Esto es causado por un defecto en el que el sistema de defensa interno del cuerpo ataca una parte del cuerpo en sí. A veces las personas confunden la diabetes tipo 1 con la diabetes tipo 2. Se pueden hacer análisis de sangre para determinar la diferencia

La DT1 puede ocurrir a cualquier edad: en la infancia, a menudo aparece repentinamente, pero puede desarrollarse más lentamente en adultos.

Las maneras de tratarlo son:

- Administrar inyecciones diarias de insulina o usar una bomba de insulina
- Contar los carbohidratos
- Hacer ejercicio regularmente
- Autocontrolar los niveles de azúcar en la sangre todos los días a través de pinchazos en los dedos o mediante el uso de un monitoreo continuo de glucosa (CGM, por sus siglas en inglés).

### **Unidades de insulina**

Esta es la medida básica de la insulina. La insulina U-100 significa 100 unidades de insulina por mililitro (ml) o centímetro cúbico (cc) de solución.

Es una forma de describir la concentración de insulina. En los Estados Unidos, hay insulinas U100, U200, U300 y U500.