



Exámenes para el diagnóstico de la diabetes de tipo 2

¿Qué es la diabetes de tipo 2 y la prediabetes?

Tanto la diabetes de tipo 2 como la prediabetes son trastornos en los que el nivel de glucosa (azúcar) en la sangre es más elevado de lo normal. El páncreas, un órgano situado detrás del estómago, reduce la *insulina*. La insulina es una hormona que transporta la glucosa desde el flujo sanguíneo hasta las células, donde se utiliza para producir energía. Este proceso regula la cantidad de glucosa en la sangre, impidiendo que baje o suba demasiado.

La diabetes de tipo 2 y la prediabetes ocurren cuando el cuerpo no produce suficiente insulina, comienza a resistir los efectos de la insulina o no puede usarla adecuadamente. Como consecuencia, la glucosa se acumula en la sangre. Se diagnostica la prediabetes cuando el nivel de glucosa está elevado, pero no tanto como en la diabetes. La prediabetes pone a la persona en peligro de tener diabetes.

¿Por qué es tan importante hacerse pruebas para detectar la diabetes?

Es posible que alguien tenga prediabetes o diabetes de tipo 2 sin manifestar indicios perceptibles ni síntomas evidentes. La diabetes de tipo 2 generalmente no se diagnostica sino hasta que comienzan a presentarse los problemas de salud relacionados con un nivel elevado de glucosa en la sangre. Estos pueden incluir problemas de los ojos, fallo renal o neurológico. Si la diabetes no se trata, puede causar problemas más graves, como ceguera, amputación de la pierna, ataques cardíacos y apoplejía.

Es importante saber si tiene prediabetes o diabetes para que pueda hacer cambios en su estilo de vida o tomar medicamentos para controlar los efectos de la enfermedad. Toda persona que corra el riesgo debe hacerse la prueba para el diagnóstico de la diabetes y prediabetes.

¿Quién corre peligro de tener prediabetes o la diabetes de tipo 2?

Los principales factores de riesgo que aumentan la propensión a la diabetes son

la edad (más de 45) y el exceso de peso. Otros factores de riesgo que aumentan las posibilidades de tener un nivel elevado de glucosa en la sangre incluyen:

- Padres, hermanos o hijos con diabetes
- La raza o ascendencia (la tasa de diabetes es más alta entre los afroamericanos, hispanos/latinos e indígenas americanos)
- Diabetes gestacional (diabetes que ocurre durante el embarazo) o tener un bebé que pese más de 4 kilos (9 libras)
- Presión arterial alta (140/90 mm Hg o más)
- Nivel bajo de colesterol bueno (menos de 35 mg/dL en los hombres o 45 mg/dL en las mujeres) o nivel elevado de triglicéridos (más de 250 mg/dL)
- Síndrome de ovario poliquístico

¿Cómo pueden hacerse las pruebas para detectar la diabetes?

Para diagnosticar la prediabetes o diabetes se emplean tres pruebas que miden el nivel de glucosa en la sangre:

- *La prueba de la glucosa plasmática en ayunas (GPA)*—Se le extrae sangre de mañana, antes de comer o en ayunas por un tiempo mínimo de 8 horas.
- *La prueba oral de tolerancia a la glucosa (OTG)*—En esta prueba también se

extrae sangre de mañana, antes de comer o en ayunas por un tiempo mínimo de 8 horas. Le extraen sangre antes de tomar 8 onzas (una taza) de una solución azucarada y 2 horas después de tomarla. Esta es la mejor manera de identificar la diabetes y la prediabetes.

- *Medición de hemoglobina A1C (A1C)*—Este examen muestra el nivel promedio de glucosa en la sangre en los últimos dos o tres meses. Puede comer y beber normalmente antes del examen.

¿Qué debe hacer si las pruebas indican que tiene prediabetes o diabetes de tipo 2?

Si las pruebas indican que tiene la glucosa alta, hable con su médico sobre la mejor forma de controlar su enfermedad. El tratamiento depende del tipo de diabetes o prediabetes que tiene la persona y qué tan bien reacciona a un tratamiento específico. Para muchos, la pérdida de peso mediante dieta y ejercicio es suficiente para normalizar el nivel de glucosa en la sangre. Si la dieta y ejercicio no son suficientes, hay varios medicamentos para tratar la enfermedad. Un primer paso importante es hacerse las pruebas de detección. Conocer su nivel de glucosa y trabajar conjuntamente con su médico para mantener el nivel lo más aproximado posible al normal lo ayudará a gozar de una vida larga y saludable.

Recursos

Encuentre un endocrinólogo: visite a www.hormone.org o llame al 1-800-467-6663

Información sobre la diabetes de la Fundación de Hormonas: www.hormone.org/public/diabetes.cfm

Asociación Estadounidense de la Diabetes: www.diabetes.org

Resultados del examen

Normal

GPA: 70 a 99 mg/dL
OTG: Menos de 140 mg/dL
A1C: Menos de 5.7%

Prediabetes

GPA: 100 a 125 mg/dL
OTG: 140 a 199 mg/dL
A1C: Entre 5.7%–6.4%

Diabetes

GPA: 126 mg/dL y más
OTG: Más de 200 mg/dL
A1C: 6.5% o más

EDITORES:

Lawrence S. Phillips, MD
Guillermo Umpierrez, MD

2ª edición, Abril del 2011

Para más información sobre cómo encontrar un endocrinólogo, obtener publicaciones gratis de la Internet, traducir esta página de datos a otros idiomas, o para hacer una contribución a la Fundación de Hormonas, visite a www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663). La Fundación de Hormonas, la filial de enseñanza pública de la Sociedad de Endocrinología (www.endo-society.org), sirve de recurso al público para promover la prevención, tratamiento y cura de condiciones hormonales. Esta página puede ser reproducida para fines no comerciales por los profesionales e instructores médicos que deseen compartirla con sus pacientes y estudiantes.

© La Fundación de Hormonas 2008