

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Apr 16, 2024

Diabetes de tipo 2: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Si tiene diabetes, hay tratamientos que puede tomar y cosas que puede hacer para ayudarlo a vivir una vida larga y saludable. Aunque no todas las personas con diabetes necesitan medicamentos, la mayoría de las personas sí. Es posible que deba tomar varios tipos.

Qué es la diabetes tipo 2?

Si tiene diabetes, tiene demasiada glucosa en la sangre. La glucosa es un tipo de azúcar que el cuerpo utiliza para obtener energía. Normalmente, una sustancia química del cuerpo llamada **insulina** ayuda a mantener estables los niveles de glucosa en la sangre.

Si tiene diabetes tipo 2, su cuerpo no está produciendo suficiente insulina, o la insulina que su cuerpo produce no está funcionando correctamente. Esto significa que la glucosa puede acumularse en la sangre. Los médicos llaman **a esto hiperglucemia**.

Tener diabetes tipo 2 y demasiada glucosa en la sangre aumenta las probabilidades de sufrir algunas complicaciones graves, entre ellas:

- daño a los vasos sanguíneos más grandes, lo que provoca ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares
- Daño a los vasos sanguíneos más pequeños, particularmente en los ojos, los riñones y los pies.

Muchas personas con diabetes necesitan tratamiento para prevenir estos problemas. Esto incluye medicamentos para reducir la glucosa en la sangre (azúcar en la sangre), la presión arterial y el colesterol.

Además de tomar medicamentos, las personas con diabetes necesitan cuidarse de otras maneras para ayudar a mantener el corazón sano y controlar el azúcar en la sangre. Entre estas se incluyen:

- Comer sano. El médico o el personal de enfermería pueden derivarte a un dietista para que te ayude a planificar la mejor manera de comer

Diabetes de tipo 2: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

- Hacer ejercicio regularmente. Estar físicamente activo puede ayudar a reducir las complicaciones y controlar el peso. Si tiene sobrepeso, perder algo de peso también puede ayudar a reducir el azúcar en la sangre, la presión arterial y el colesterol.

Para obtener más información, consulte nuestro prospecto: *Diabetes: ¿qué puedo hacer para mantenerme saludable?*

Medicamentos para controlar el azúcar en la sangre

Existen varios tipos de medicamentos que pueden ayudar a mantener los niveles de azúcar en la sangre bajo control. Algunos de ellos ayudan a su cuerpo a liberar más insulina. Otros ayudan a su cuerpo a usar mejor la insulina. Algunos son tabletas y otros son inyecciones. Puede tomar una combinación de comprimidos, o comprimidos e inyecciones, dependiendo de lo que más le convenga y le ayude.

Su nivel objetivo de azúcar en la sangre también será individual para usted y puede ser diferente al de otras personas con diabetes.

Tabletas para controlar el azúcar en la sangre:

- **Metformina:** este es el primer medicamento que se ofrece a la mayoría de las personas con diabetes tipo 2 para controlar el azúcar en la sangre. Puede tomar metformina sola o con otro tipo de medicamento para la diabetes.

No hace que aumente de peso, a diferencia de algunos medicamentos para la diabetes. La metformina puede hacer que se sienta enfermo o que tenga diarrea. Esto es más probable si lo tomas con el estómago vacío.

Es probable que su médico le recomiende aumentar la dosis lentamente y tomar este medicamento con alimentos.

- **Dipeptidil peptidasa-4 (inhibidores de la DPP-4):** estos medicamentos también ayudan a reducir el azúcar en la sangre. También es posible que escuches que se llaman gliptinas. Ejemplos de estos medicamentos son la alogliptina, la linagliptina, la saxagliptina o la sitagliptina.

Estos medicamentos se utilizan a menudo junto con la metformina.

- **Sulfonilureas:** estos medicamentos ayudan al cuerpo a liberar más insulina. Existen diferentes tipos de sulfonilureas. Ejemplos de los más utilizados son la glimepirida, la glipizida o la gliclazida. Puede tomar una sulfonilurea sola o con metformina u otros medicamentos.

Las sulfonilureas a veces pueden hacer que el azúcar en la sangre baje demasiado. El nombre médico para esto es **hipoglucemia**. Algunos efectos secundarios de las sulfonilureas incluyen aumento de peso, sensación de malestar, diarrea leve y estreñimiento.

- **Meglitinidas:** son similares a las sulfonilureas y a veces se utilizan en su lugar. Los tomas justo antes de comer. Puede tomarlos tan bien como la metformina. Pueden hacer que el nivel de azúcar en la sangre sea demasiado bajo, aunque esto es menos probable que con las sulfonilureas. Pueden causar cierto aumento de peso.

Diabetes de tipo 2: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Ejemplos de meglitinidas que se le pueden ofrecer son la repaglinida y la nateglinida.

- **Inhibidores del cotransportador de sodio-glucosa-2 (SGLT2):** actúan ayudando a los riñones a filtrar más glucosa en la orina y esto reduce el azúcar en la sangre. Algunos ejemplos de este tipo de medicamento son la canagliflozina, la dapagliflozina, la empagliflozina y la ertugliflozina.

Estos medicamentos pueden ayudar a proteger los riñones y el corazón de desarrollar otros problemas. Es posible que le administren uno de estos medicamentos solo o con otros medicamentos para ayudar a controlar el azúcar en la sangre.

- **Glutazonas:** estos medicamentos no se usan con tanta frecuencia como otros medicamentos para la diabetes. Y solo se usan si también está tomando metformina o una sulfonilurea. También es posible que escuche que se llaman tiazolidinedionas. Algunos ejemplos de este tipo de medicamento son la pioglitazona y la rosiglitazona.

Su médico querrá controlarlo regularmente si toma glitazona, ya que pueden causar efectos secundarios graves en algunas personas. Estos incluyen daño hepático, insuficiencia cardíaca y una mayor probabilidad de fracturas.

Inyecciones para controlar el azúcar en la sangre

- **Insulina:** algunas personas con diabetes necesitan tomar insulina para mantener su azúcar en la sangre bajo control. La insulina se administra en forma de inyección. No todas las personas con diabetes tipo 2 necesitan inyectarse insulina. Pero si su medicamento para la diabetes no está funcionando para mantener su azúcar en la sangre bajo control, su médico puede sugerirle que considere la insulina.
- **Agonistas del péptido similar al glucagón-1 (GLP-1):** son medicamentos que se administran por inyección o en forma de comprimidos, y se utilizan solos o con otros medicamentos como la metformina y las sulfonilureas. Además de controlar el azúcar en la sangre, también pueden ayudar a reducir la probabilidad de sufrir un ataque cardíaco o un derrame cerebral.

Pueden tener algunos efectos secundarios, como reducir el nivel de azúcar en la sangre después de comer, y algunas personas pierden un poco de peso. Algunos ejemplos de estos medicamentos son la dulaglutida, la exenatida, la liraglutida, la lixisenatida y la semaglutida.

Medicamentos para prevenir ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares

Tener diabetes aumenta las probabilidades de sufrir un ataque cardíaco, un accidente cerebrovascular u otros problemas de circulación. Por lo tanto, la mayoría de las personas con diabetes toman medicamentos para ayudar a prevenir estos problemas. Estos podrían incluir medicamentos para:

- controlar la presión arterial
- controlar el colesterol
- Prevenir los coágulos de sangre.

Diabetes de tipo 2: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

Medicamentos para controlar la presión arterial

La mayoría de las personas con diabetes necesitan tomar medicamentos para la presión arterial. También puede intentar cambios en su estilo de vida. Por ejemplo, reducir la cantidad de sal que consume, agregar más frutas y verduras a su dieta y perder peso. Si su médico le recomienda tabletas para la presión arterial, es probable que su presión arterial sea más alta que el rango de presión arterial ideal para usted, a pesar de otros cambios.

Estos son algunos de los tipos de medicamentos que le podrían recetar. Puede tomar solo una tableta o una combinación de ellas.

- **Inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina (IECA):** estos medicamentos ayudan a evitar que los vasos sanguíneos se estrechen demasiado y que el corazón trabaje demasiado. Algunos ejemplos comunes son el aptopril, el enalapril, el lisinopril y el ramipril.

Los inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina pueden tener algunos efectos secundarios. Por lo general, son leves. El efecto secundario más común es la tos seca. Algunas personas tienen presión arterial baja (que puede hacer que se sienta mareado), problemas renales o problemas con el ritmo cardíaco.

- **Antagonistas de los receptores de la angiotensina II:** estos fármacos funcionan de forma similar a los inhibidores de la ECA. Si no puedes tomar un inhibidor de la enzima convertidora de angiotensina (IECA), el médico podría recetarte un antagonista de los receptores de angiotensina II. Algunos ejemplos comunes son el candesartán, el irbesartán, el losartán y el valsartán.

La mayoría de las personas solo experimentan efectos secundarios leves de los antagonistas de los receptores de angiotensina II. El efecto secundario más común es el mareo.

- **Diuréticos:** ayudan al cuerpo a eliminar el exceso de sal y agua. También es posible que escuches que se les llama 'tabletas de agua'. El médico podría sugerirte que tomes un diurético, así como otros medicamentos para la presión arterial. Hay muchos tipos diferentes de diuréticos.

Los diuréticos pueden hacer que sientas sed y pueden elevar tu nivel de azúcar en la sangre. También te hacen orinar más.

- **Bloqueadores de los canales de calcio:** estos medicamentos mantienen los vasos sanguíneos relajados y abiertos, lo que facilita el flujo de sangre a través de ellos. Algunos ejemplos comunes son la mlodipina, la felodipina y la nifedipino.

Los posibles efectos secundarios incluyen dolores de cabeza, mareos, tobillos hinchados, enrojecimiento (enrojecimiento de la cara), latidos cardíacos irregulares y estreñimiento.

Medicamentos para controlar el colesterol

Tomar un tipo de medicamento llamado estatina puede ayudar a reducir el colesterol. Esto también puede reducir la probabilidad de sufrir un ataque cardíaco o un derrame cerebral. Si

Diabetes de tipo 2: ¿cuáles son las opciones de tratamiento?

tiene diabetes, esto puede ayudar a reducir el riesgo de estos problemas graves, incluso si su nivel de colesterol no es alto para empezar.

Si su colesterol sigue alto después de tomar estatinas, o si no puede tomar estatinas, hay otras opciones. Pero no sabemos si funcionan tan bien como las estatinas para reducir la posibilidad de un accidente cerebrovascular o un ataque cardíaco.

Medicamentos para detener la coagulación de la sangre

La aspirina hace que la sangre sea menos propensa a formar coágulos de sangre. Esto puede ayudar a prevenir un accidente cerebrovascular o un ataque cardíaco en personas que tienen un alto riesgo de padecer estos problemas. Muchas personas con diabetes toman una dosis diaria baja de aspirina.

Efectos secundarios y seguimiento de sus tratamientos

Es posible que experimente algunos efectos secundarios con estos medicamentos. No sabemos tanto sobre los efectos secundarios de los medicamentos más nuevos como sobre los que han existido durante más tiempo.

El prospecto que viene con su medicamento describirá los posibles efectos secundarios. La mayoría de los efectos secundarios no son comunes, pero debe informar a su médico o farmacéutico si tiene algún problema. Es posible que pueda probar diferentes tratamientos.

Deberá hacerse revisar sus medicamentos con regularidad, incluso si no tiene ningún efecto secundario, para ver si siguen siendo las mejores opciones para usted.

Para obtener más información sobre cómo vivir con diabetes tipo 2, consulte nuestros folletos *Diabetes: ¿qué puedo hacer para mantenerme saludable?* y *Diabetes tipo 2: preguntas para hacerle a su médico*.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2026. Todos los derechos reservados.

