

Cómo vivir bien con diabetes

Tipos de insulina y duración de la actividad

Hay varios tipos de insulina disponibles para ayudar a mantener sus niveles de azúcar en la sangre lo más cerca posible de los valores normales. Su necesidad de insulina es diferente a la de otras personas con diabetes. El tipo de insulina que se administra y cuándo la toma dependen de sus necesidades individuales.

Su médico trabajará con usted para encontrar el tipo de insulina, la dosis y el horario de las dosis que sean mejor para usted.

Estos son los tipos de insulina y cómo funciona cada uno:

Insulina de acción rápida

Estos tipos de insulina están diseñados para cuidar el azúcar que consume una persona. En la mayoría de las personas, las insulinas de acción rápida siguen estos rangos:

- Aspart: Comienza a actuar entre los 5 y los 15 minutos, llega al punto máximo en 90 minutos y dura de 3 a 4 horas.
- Lispro: Comienza a actuar entre los 5 y los 15 minutos, llega al punto máximo en 90 minutos y dura de 3 a 4 horas.
- Regular: Comienza a actuar entre los 30 y los 60 minutos, llega al punto máximo en 2 horas y dura de 4 a 6 horas.

Insulina de acción intermedia y prolongada

Estos tipos de insulina, también llamados insulina basal o de fondo, funcionan continuamente, de manera similar a la forma en la que un páncreas normal produce insulina. Se absorben lentamente y duran de 10 a 24 horas, dependiendo del tipo de insulina que use. En la mayoría de las personas, los tipos de insulina basal siguen estos rangos:

- Protamina neutra Hagedorn (Neutral Protamine Hagedorn, NPH): Comienza a actuar aproximadamente 2 horas después de tomarla, llega al punto máximo entre las 6 y 8 horas, y dura de 10 a 16 horas.
- Glargina: Comienza a actuar aproximadamente 2 horas después de tomarla y puede durar de 20 a 24 horas.
- Detemir: Comienza a actuar aproximadamente 2 horas después de tomarla, y dura entre 14 y 24 horas.

Insulina combinada

Las mezclas de insulina combinada proporcionan dosis fijas de insulina y tienen una acción posterior con un punto máximo más temprano y más fuerte. Las mezclas de insulina combinada incluyen mezclas humanas y análogas:

Las mezclas humanas combinan la insulina NPH y la insulina regular.

- 70/30 = 70% de insulina NPH y 30% de insulina regular

Las mezclas análogas combinan la insulina análoga de acción rápida con la protamina para producir una acción prolongada.

- 70/30 = 70% de protamina aspart y 30% de aspart
- 75/25 = 75% de protamina lispro y 20% de lispro

Los tipos de insulina se enumeran a continuación. La primera palabra es el nombre genérico y la segunda es una marca de insulina.

Acción en horas	0	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24
Insulina de acción rápida: Aspart (Novolog) Lispro (Humalog) Regular (Novolin R)													
Insulina de acción intermedia: NPH (Novolin N, Humulin N)													
Insulina de acción prolongada: Glargina (Lantus) Detemir (Levemir)													
Mezclas humanas: Incluyen mezclas al 70/30 de insulina regular y NPH. Estas comienzan a hacer efecto más tarde y alcanzan su punto máximo más temprano y con un nivel más alto que la insulina de acción prolongada.													
Mezclas análogas: Incluyen mezclas al 75/25 y al 70/30 de insulina análoga de acción rápida con protamina. También comienzan a hacer efecto más tarde y alcanzan su punto máximo más temprano y con un nivel más alto que la insulina de acción prolongada.													