

## RECUERDE QUE...

La resistencia a la insulina:

- Está asociada a la diabetes tipo 2 y a la obesidad.
- Es una alteración que favorece el aumento de la glucosa, los triglicéridos y la tensión arterial, y en consecuencia provoca arteriosclerosis.
- Debe combatirse con la práctica regular de actividad física, medidas dietéticas y farmacológicas, cuando estén indicadas.



La información contenida en estos folletos es complementaria a las recomendaciones impartidas por los profesionales sanitarios, en ningún caso sustituye a éstas.

26935-05/06



GRUPO DE ESTUDIO SOBRE  
EDUCACIÓN TERAPÉUTICA



# DIABETES

## Resistencia a la Insulina



Sistema  
**GLUCOCARD™ G**



De venta exclusiva en farmacia

Distribuido por:



[www.diabetesmenarini.com](http://www.diabetesmenarini.com)

Tel. Atención al cliente 902 301 334

Tel. 93 507 10 00

CFSP0611CAT



La eficacia de la insulina (tanto la producida por el propio páncreas como la administrada por inyección) es distinta de unos individuos a otros, de modo que algunas personas (atletas, individuos muy delgados) precisan muy poca insulina para conseguir el efecto deseado, mientras que otros (obesos fundamentalmente) necesitan elevadas concentraciones de insulina para evitar que la glucemia ascienda. Esta última situación se conoce como **resistencia a la insulina**.

La resistencia a la insulina es una de las características principales de la diabetes tipo 2, de modo que con frecuencia estas personas tienen concentraciones de insulina en sangre iguales o superiores a otras que no padecen diabetes ya que su eficacia es menor.

La causa de la resistencia a la insulina en las personas con diabetes se puede deber a un trastorno genético. Se agrava con el sedentarismo y la ganancia



de peso por acúmulo de grasa, especialmente cuando ésta se deposita en el abdomen.

### IMPORTANCIA DE LA RESISTENCIA A LA INSULINA

La resistencia a la insulina tiene gran importancia, ya que se acompaña de múltiples trastornos, entre los que destacan:

- aumento de los triglicéridos
- aumento de la glucosa
- elevación de la tensión arterial (TA)
- disminución del colesterol “bueno” (HDL colesterol)

Todos estos trastornos son factores de riesgo para que la persona que los tiene desarrolle arterioesclerosis y por tanto pueda padecer complicaciones vasculares como infarto de miocardio, trombosis cerebral o de las arterias de las extremidades inferiores.



### PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LA RESISTENCIA A LA INSULINA

La mejor forma de prevenir la aparición de la resistencia a la insulina y los problemas que se derivan de ella, consiste en evitar la obesidad mediante una alimentación saludable y la práctica regular de ejercicio físico.



En personas con diabetes, además de la actividad física y la dieta, existen algunos medicamentos que pueden mejorar esta situación. Debe tenerse en cuenta que el aumento de triglicéridos y de la tensión arterial induce a más insulinoresistencia, por lo que el tratamiento debe ser integral, de todos los parámetros alterados.