

Diabetes mellitus de tipo 2

Objetivos de control

medifichas

1

CONTROL GLUCÉMICO¹⁻³

• **HbA_{1c}**

≤6,5 %	<7 %	<8 %
<ul style="list-style-type: none"> Jóvenes Corta evolución de la diabetes Bajo riesgo de hipoglucemia Pacientes no frágiles Sin enfermedad cardiovascular 	<p>Mayoría de los pacientes</p>	<ul style="list-style-type: none"> Edad avanzada Larga evolución de la diabetes Antecedentes de hipoglucemia Corta esperanza de vida Comorbilidades Pacientes frágiles

• **Glucosa preprandial:** 80-130 mg/dl

• **Glucosa posprandial*:** <180 mg/dl

(*se aconseja en pacientes con glucemia preprandial normal, pero HbA_{1c} alterada)

2

CONTROL LIPÍDICO^{2,4,5}

• **cLDL**

Riesgo moderado	Riesgo alto	Riesgo muy alto
<100 mg/dl	<70 mg/dl y reducción ≥50 % del basal	<55 mg/dl y reducción ≥50 % del basal

• **cHDL***



>40 mg/dl



>50 mg/dl

*Estas cifras son las que tanto la Asociación Americana de Diabetes³ como la Sociedad Española de Arteriosclerosis⁵ considera deseables, pero no representan un objetivo terapéutico.

3

CONTROL DE LA TENSIÓN ARTERIAL²

• **Presión arterial sistólica:** 120-130 mmHg
(en ≥70 años o si no se tolera el tratamiento: 130-139 mmHg)

• **Presión arterial diastólica:** 70-79 mmHg



4

HÁBITOS DE VIDA^{2,3}



No fumar



Practicar ejercicio físico:

(≥150 min/semana de ejercicio aeróbico de intensidad moderada a intensa + 2 o 3 sesiones/semana de ejercicios de fuerza)



Reducir la ingesta calórica y seguir la dieta mediterránea



Perder peso

(pacientes con sobrepeso, al menos un 5 %)

5

PREVENCIÓN PRIMARIA²

• **Antiagregación plaquetaria** en pacientes con riesgo cardiovascular alto o muy alto

descárgate más medifichas en www.almirallmed.es