



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 242/1278 - CONTROL DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2 CON MEDIDAS HIGIÉNICO-DIETÉTICAS

Á. Arribas Cerezo<sup>a</sup>, L. Martínez Alderete<sup>a</sup>, O. Madrazo Beriain<sup>b</sup> e I. Adanero Calvo<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Médico Residente de 2º año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Barañain I. Navarra. <sup>b</sup>Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Iturrama. Navarra. <sup>c</sup>Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Ermitagaña. Navarra.

### Resumen

**Descripción del caso:** Paciente de 66 años que acude el 9/11/2015 a consulta por una serie de síntomas entre los que destaca: polidipsia, poliuria y pérdida de peso. En ese momento el paciente presenta 307 de glucemia capilar y un IMC (índice de masa corporal) de 30,9, por lo que se diagnostica de diabetes mellitus tipo 2 descompensada y se inicia tratamiento con insulina glargina (Lantus). El paciente se encuentra animado y receptivo. Comienza con realización de controles de glucemia y administración de insulina glargina. El día 13/11/2015 han mejorado las glucemias, desapareciendo polidipsia, poliuria, nicturia y astenia. El día 19/11/2015 el paciente ha perdido ya 2 kg (en 10 días). Comenta que está cuidando la alimentación, paseando diariamente y que ha comenzado a ir al gimnasio. Se suspende insulina glargina y se inicia tratamiento con metformina 1-0-1. El paciente sigue perdiendo peso. Progresivamente el paciente presenta buenos perfiles glucémicos con alguna hipoglucemia, cuida mucho la dieta y suele realizar ejercicio físico, por lo que va disminuyendo metformina hasta suspenderla. Desde el 08/06/2016 el paciente presenta buen control de su diabetes en tratamiento con medidas higiénico-dietéticas.

**Exploración y pruebas complementarias:** Glucemia capilar.

**Juicio clínico:** Diabetes mellitus tipo 2.

**Comentario final:** Con un buen seguimiento desde Atención Primaria y motivación por parte del paciente, las medidas higiénico-dietéticas pueden ayudar en gran medida al control de la diabetes mellitus tipo 2.

### Bibliografía

1. Gil Hernández, A. Tratado de Nutrición, 2ª ed. Madrid: Médica Panamericana; 2010.

**Palabras clave:** Diabetes. Control. Higiénico-dietética.