

LA HORA DE LA GLUCEMIA POSTPRANDIAL...IMPORTA TANTO COMO EL VALOR.

FRANCISCA VENEGAS ANTEQUERA, BESAY TOLEDO DÉNIZ, JOSE CARLOS FERNÁNDEZ ÁLVAREZ, M, CANDELARIA ABRANTE HERNÁNDEZ, YARA RAMOS ARZOLA, MATILDE I. ESTÉVEZ RODRÍGUEZ, ANA M. GONZÁLEZ PÉREZ

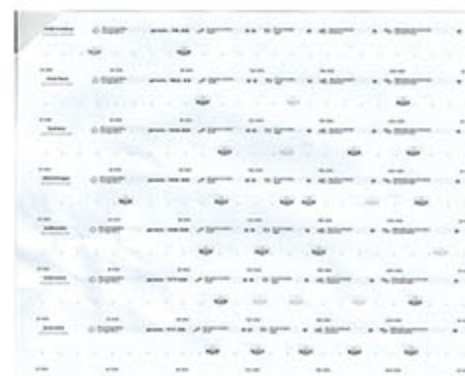
INTRODUCCIÓN

La hiperglucemia postprandial es un fenómeno muy frecuente en personas con diabetes y se puede producir incluso cuando el control metabólico general parece ser el adecuado al evaluarlo mediante HbA1C. Los controles postprandiales junto a los preprandiales permiten un perfil glucémico más completo para tomar decisiones terapéuticas. Este parámetro es esencial en la diabetes mellitus, ya que refleja la respuesta metabólica tras la toma de alimentos, relacionándose estrechamente con el riesgo de complicaciones.

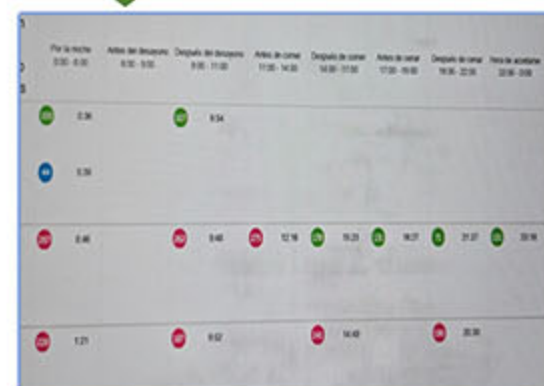


OBJETIVOS

- Evaluar como realizan las personas con diabetes la determinación de la glucemia postprandial.
- Identificar posibles errores en la medición de la misma para reforzar la educación.



Descarga
Descarga

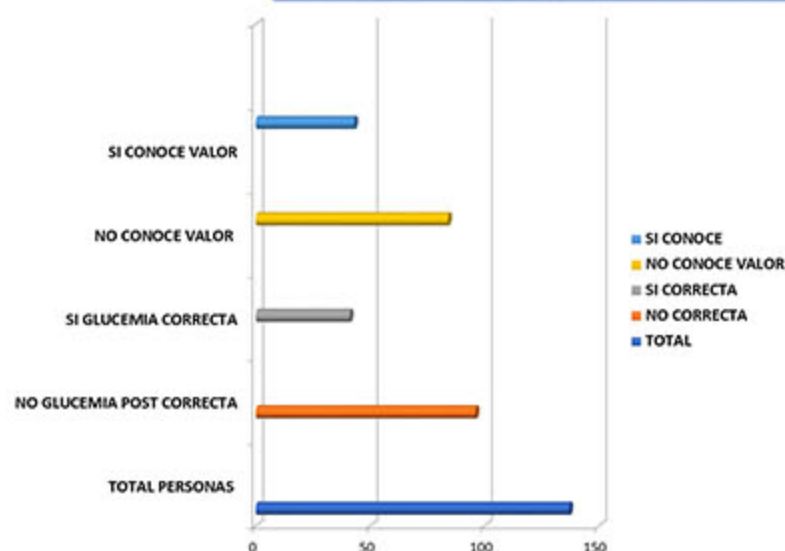


METODOLOGIA

Estudio observacional descriptivo de corte transversal realizado durante el período de septiembre a diciembre de 2025 mediante entrevista estructurada a personas con diabetes DM2 que acuden a un centro de Atención Especializada y un centro de Atención Primaria de la zona Norte de Tenerife. Se recogen datos de la consulta de enfermería durante el proceso de educación. Como criterios de inclusión, se incluyen a personas con DM2 que realizan controles de glucemia postprandial para ajuste de tratamiento con glucómetro, excluyendo a personas usuarias de MCG.

RESULTADOS

De las 137 personas con DM2 estudiadas que acuden a consulta de ambos centros, con edades comprendidas entre 43-86 años, evolución de la diabetes entre 1-25 años, hemos podido comprobar que:
96 personas (70%) NO realizan la determinación de glucemia postprandial en el momento adecuado, objetivándose a través de la descarga de los glucómetros en consulta y a través de las preguntas durante el proceso de educación, mientras que 43 (30%) SI realizan el control a las dos horas del inicio de la comida. Se ha comprobado que 84 (61'3%) NO saben cuál es el valor de la glucemia postprandial recomendado, frente a 53 (38'7%) que SI conocen el valor adecuado.



CONCLUSIONES

El autoanálisis de la glucemia capilar continúa siendo esencial para el control de las personas con diabetes que utilizan glucómetro. Por los datos recogidos, se ha podido comprobar que una parte importante de la muestra analizada no realiza el control de la glucemia postprandial en el momento recomendado, lo que dificulta un control metabólico adecuado. Este hallazgo, evidencia la necesidad de reforzar la educación terapéutica especialmente sobre el tiempo correcto para la medición no olvidándonos que es un proceso continuo e interactivo que mejora los conocimientos y habilidades necesarias para el autocuidado asegurando una técnica de medición adecuada y evitando de esta manera complicaciones a largo plazo. "La repetición es la madre del aprendizaje".

BIBLIOGRAFIA

1. Vlachos D, Malisova S, Lindberg FA, Karaniki G. Glycemic index (GI) or Glycemic Load Review. N (GL) and Dietary interventions for Optimizing Postprandial Hyperglycemia in Patients with T2 Diabetes: A utrients. 2020 May 27;12(6):1561. doi:10.3390/nu12061561. PMID:32471238; PMCID:PMC 7352659-PubMed. Último acceso 15 de febrero de 2026.
2. <https://www.elsevier.es/avdiabetes>. Último acceso 15 de febrero de 2026.