

Remisión de la diabetes

¿Qué es la remisión de la diabetes?

La remisión de la diabetes ocurre cuando los niveles de azúcar (o glucosa en sangre) de una persona con diabetes tipo 2 se mantienen por debajo del umbral diabético sin necesidad de medicación.

Según una declaración de consenso de 2021 de Diabetes United Kingdom (diabetes Reino Unido), American Diabetes Association (la Asociación Americana de Diabetes), European Association for the Study of Diabetes (la Asociación Europea para el Estudio de la Diabetes), Endocrine Society (la Sociedad Endocrina) y la Diabetes Surgery Summit (Cumbre de Cirugía de la Diabetes), la remisión ocurre cuando la hemoglobina A1c (HbA1c, una medida de los niveles de glucosa en sangre a largo plazo) se mantiene por debajo del 6.5 % durante al menos tres meses sin medicación para la diabetes.

Se utiliza el término remisión porque, aunque la diabetes de una persona no esté actualmente activa o sea progresiva, puede que este cambio no sea permanente.

¿Se puede diagnosticar la remisión mientras se utilizan medicamentos hipoglucemiantes?

No. El diagnóstico de remisión de la diabetes sólo puede hacerse después de haber dejado de tomar todos los medicamentos para la diabetes durante al menos tres meses.

¿En qué se diferencia la remisión de la curación?

Aunque la curación indica que todos los aspectos de la enfermedad se han normalizado y que no es necesario realizar ningún seguimiento clínico, las personas que entran en remisión de la diabetes deben someterse a controles periódicos para detectar niveles elevados de azúcar en sangre y complicaciones de salud comunes relacionadas con la diabetes. Por el momento, no está claro cuánto puede durar la remisión de la diabetes.

¿Cuán frecuente es la remisión?

La remisión es posible, pero no es frecuente. Aunque no existen cifras concretas en Estados Unidos o Nueva York, algunos datos indican que alrededor del [5 % de las personas](#) que viven con diabetes podrían entrar en remisión.

Si se diagnostica la remisión, ¿se necesitan revisiones médicas periódicas y seguimiento?

Sí. Después de lograr la remisión de la diabetes, deben realizarse pruebas de HbA1C y otras mediciones de azúcar en sangre al menos una vez al año para vigilar la reaparición de niveles altos de azúcar en sangre.

Pueden persistir los efectos de los niveles elevados de azúcar en sangre que se produjeron en el pasado. Se aconseja a las personas que entran en remisión que sigan sometiéndose a revisiones periódicas para detectar las complicaciones de salud más comunes de la diabetes, como pruebas de salud renal, exámenes oculares, revisiones de la tensión arterial y exámenes de los pies.

¿Cómo pueden los neoyorquinos con diabetes de tipo 2 entrar en remisión?

Una dieta equilibrada como intervención primaria para controlar la diabetes puede conducir a la remisión, especialmente cuando se hace hincapié en los alimentos integrales de origen vegetal con un consumo mínimo de carne y otros productos animales.

Una dieta equilibrada es más eficaz para lograr la remisión cuando va acompañada de otros cambios en el estilo de vida, entre ellos:

- Mantenerse activo físicamente
- Mantener un peso saludable
- Dormir bien
- Controlar el estrés

La remisión de la diabetes también puede lograrse al someterse a una cirugía metabólica o bariátrica (cirugía para perder peso).

Obtenga más información sobre el control de la diabetes participando en un programa de Educación y Apoyo para el Autocontrol de la Diabetes (DSMES, por sus siglas en inglés). Usted encontrará más información en los [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#).

Soy una persona que vive con diabetes. ¿Cómo puedo saber más sobre la remisión de la diabetes?

Pregunte a su proveedor de atención de salud sobre la remisión de la diabetes. También visite nyhealthandhospitals.org y busque:

- [Lifestyle Medicine Programs \(programas de medicina del estilo de vida\)](#); y
- [Diabetes Care \(cuidado de la diabetes\)](#)

Soy un proveedor que atiende a personas con diabetes. ¿Cómo puedo obtener más información sobre la remisión de la diabetes?

Usted puede obtener más información de estos informes de consenso recientes:

- Asociación Americana de Diabetes: [Informe de Consenso: Definición e interpretación de la remisión en la diabetes tipo 2](#)

- Revista Americana de Medicina del Estilo de Vida: [Intervenciones dietéticas para tratar la diabetes tipo 2 en adultos con un objetivo de remisión: Una declaración de consenso de expertos del Colegio Americano de Medicina del Estilo de Vida](#)

Si usted es un proveedor de atención primaria, considere la posibilidad de unirse a nuestra red de compromiso de atención primaria, NYC REACH, visitando nycreach.org.

Para obtener más información sobre la diabetes, llame al **311** o visite nyc.gov/health/diabetes. Si necesita ayuda para encontrar un proveedor de atención de salud o un seguro médico gratuito o de bajo costo, llame al **311**.