



Detección de diabetes

Para personas con esquizofrenia, trastorno esquizoafectivo o trastorno bipolar que usan medicamentos antipsicóticos (SSD, por sus siglas en inglés)

La diabetes es una de las 10 principales causas de muerte en EE.UU.¹ y los adultos con enfermedades mentales graves que reciben antipsicóticos corren un mayor riesgo de padecerla.² Se recomienda que los pacientes que reciben antipsicóticos se sometan anualmente a análisis de detección de diabetes.

¿Cuáles son las causas?

Los medicamentos que recibe para tratar la esquizofrenia o el trastorno bipolar pueden conllevar un mayor riesgo de diabetes. Es posible que algunos de estos medicamentos le predispongan a subir de peso.

¿Qué debe hacer?

- **Consulte con su proveedor de atención primaria (PCP) o de salud mental sobre la posibilidad de solicitar un análisis de glucosa una vez al año.**
- **Mantenga un estilo de vida saludable:**
 - Disminuya el contenido de grasa de su dieta y aumente la ingesta de fibra.
 - Aumente su consumo de fruta y verdura.
 - Opte por comer panes integrales en lugar de panes blancos refinados.
 - Evite las bebidas azucaradas.
 - Haga ejercicio durante al menos 10-15 minutos al día.

¹<https://diabetes.org/about-diabetes/statistics/about-diabetes>

²<https://www.ncqa.org/hedis/measures/diabetes-and-cardiovascular-disease-screening-and-monitoring-for-people-with-schizophrenia-or-bipolar-disorder/>