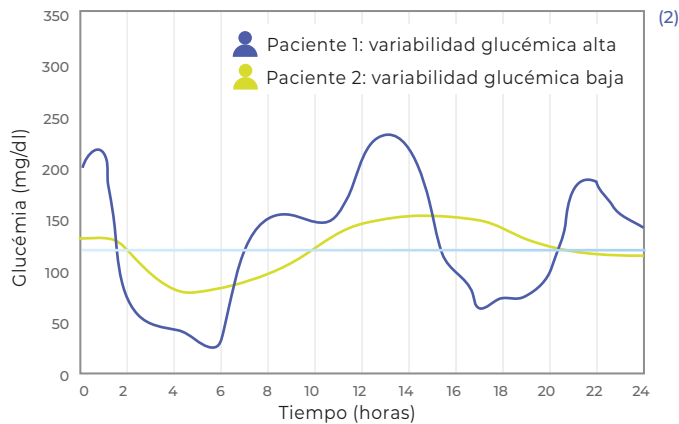


Variabilidad glucémica y TIR

La **variabilidad glucémica (VG)** se define como la oscilación de los niveles de glucosa en sangre por debajo o por encima del rango normal



Estas oscilaciones pueden generar complicaciones en los pacientes con diabetes, siendo las más importantes:

- Riesgo aumentado de hipoglucemia.
- Posiblemente, mayor incidencia de complicaciones macrovasculares o aumento en la mortalidad.⁽¹⁾

El **Tiempo en rango (TIR)** es el porcentaje de tiempo, durante un periodo de 24 horas en el que la glucosa se encuentra en cifras ideales, es decir, entre 70 y 180 mg/dl. El TIR puede **identificar la magnitud y frecuencia de las variaciones glucémicas a lo largo del día o entre diferentes días** a diferencia de utilizar solo HbA1c.

Cada incremento de 5% en el TIR se asocia con beneficios clínicamente significativos para adultos con diabetes.⁽³⁻⁴⁾

Recomendaciones de TIR en DM1 y DM2

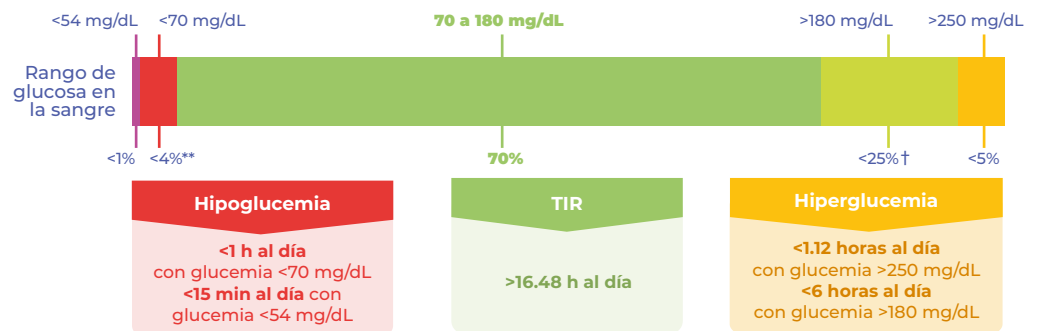


Figura adaptada. Diabetes Care 2020;43 - (Suppl 1).

Objetivos basados en la MCG para diferentes poblaciones de diabetes⁽³⁾

Grupo de diabetes mellitus	Tiempo en rango % de lecturas (cifras ideales)	Tiempo en hipoglucemia % de lecturas	Tiempo en hiperglucemia % de lecturas
DMT1 y DMT2	>70% (70 a 180 mg/dL)	<4% por debajo de 70 mg/dL [†] <1% por debajo de 54 mg/dL	<25% por arriba de 180 mg/dL <5% por arriba de 250 mg/dL
DMT1 y DMT2 en adultos mayores/de alto riesgo	>50% (70 a 180 mg/dL)	<1% por debajo de 70 mg/dL	<50% por arriba de 180 mg/dL <10% por arriba de 250 mg/dL
DMT1 y embarazo	>70% (63 a 140 mg/dL)	<4% por debajo de 63 mg/dL [†] <1% por debajo de 54 mg/dL	<25% por arriba de 140 mg/dL
DM gestacional DMT2 y embarazo	No hay recomendaciones específicas para estas situaciones dada la limitada evidencia con MCG en esta población.		

DMT1 = Diabetes mellitus tipo 1 DMT2 = Diabetes mellitus tipo 2

Optimizar la variabilidad glucémica y el tiempo en rango es fundamental para un tratamiento eficaz de la diabetes y para poder reducir el riesgo de consecuencias negativas para los pacientes.

Los Estándares de Atención Médica de la ADA y el Consenso Internacional sobre las guías TIR recomiendan:



Variabilidad glucémica
(% de coeficiente de variación)

≤36%



TIR (70 a 180 mg/dl)

>70%

(5)

1. Krinsky JS. Glycemic variability: A strong independent predictor of mortality in critically ill patients. Crit Care Med. 2008;36(11):3008-13. 2. Pinés Corrales PJ, Bellido Castañeda V, Ampudia-Blasco FJ. Actualización sobre hiperglucemia posprandial: fisiopatología, prevalencia, consecuencias e implicaciones para el tratamiento de la diabetes. Rev Clin Esp (Barc). 2020;220(1):57-68. 3. Battelino T, et al. Diabetes Care. 2019;42:1593-1603; 4. ADA. Diabetes Care. 2020;43(Suppl 1). 5. Seguí M, Barrot J, Carramiñana F, Carretero E. Standards of Medical Care in Diabetes 2021, Resumen redGDPS (ADA 2021).