

METFORMINA



Clasificación

Antidiabético oral (ADO) perteneciente al grupo de las biguanidas.



Mecanismo de acción

La metformina es una biguanida con efecto antihiper glucemiante que disminuye la producción hepática de glucosa y su absorción intestinal a la vez que mejora la sensibilidad a la insulina, mejorando la captación y utilización periférica de la glucosa reduciendo la glucemia basal y posprandial.



Indicaciones

Tratamiento de elección para la diabetes *mellitus* tipo 2 (DM2), solo o en combinación con otros antidiabéticos, ya sean por vía oral o subcutánea.



Pauta posológica

Inicialmente, la dosis más habitual es un comprimido de 500 mg o 850 mg de metformina 3 veces al día.

No obstante, la posología y dosis diaria se debe de individualizar en base a las necesidades de cada paciente.



Principales interacciones alimento-medicamento

La administración conjunta de la **metformina con alimentos** reduce la concentración de la metformina, sin embargo, el **grado de absorción no se modifica**, por lo que, teniendo en cuenta los efectos gastrointestinales de la metformina **se recomienda su administración con alimentos**, ya que así se garantiza la absorción del principio activo y se reducen los efectos adversos gastrointestinales (diarreas, náuseas, dolor abdominal...).

La administración de metformina reduce la absorción de **vitamina B12**, por lo que se recomienda suplementar al paciente con esta vitamina.

Se ha demostrado que los niveles de las **vitaminas del grupo A, C y E** se encuentran disminuidos en pacientes con DM2 debido al alto nivel de estrés oxidativo producido por el metabolismo de la glucosa, por lo que se recomienda incluir en la dieta alimentos ricos en estas vitaminas o suplementar.

La **fibra dietética** es un nutriente que se incluye en todas las guías alimentarias para pacientes con DM2 por sus propiedades para ayudar a controlar la glucemia postprandial. No obstante, existe evidencia de que este nutriente disminuye la tasa de absorción de metformina, aunque incrementa la reducción de la glucemia postprandial.

Consejo farmacéutico

1. Tomar la metformina **junto con alimentos, o justo después de las comidas.**

2. La suplementación con vitaminas A, C y E **mejora los valores de glucosa en ayunas**, por lo que se puede recomendar la suplementación en pacientes con DM2.

3. La administración de metformina **disminuye la absorción de Vitamina B12**, por lo que se recomienda suplementar al paciente con esta vitamina.

4. La **espirulina potencia el efecto hipoglucemiante de la metformina**, por lo que se podría plantear la administración conjunta como suplemento dietético.

5. **Evitar o limitar el consumo de alcohol** en tratamientos con metformina, ya que incrementa el riesgo de acidosis láctica.

6. El **Plantago ovata mejora los niveles de glucemia**, por lo que se podría tomar conjuntamente para mejorar el control glucémico.

