

RECUERDE QUE...

- Es fundamental llevar siempre azúcar consigo (15 gr).
- En la conducción y en algunos deportes la hipoglucemia tiene riesgos añadidos, de modo que los controles de glucemia deben ser más frecuentes.

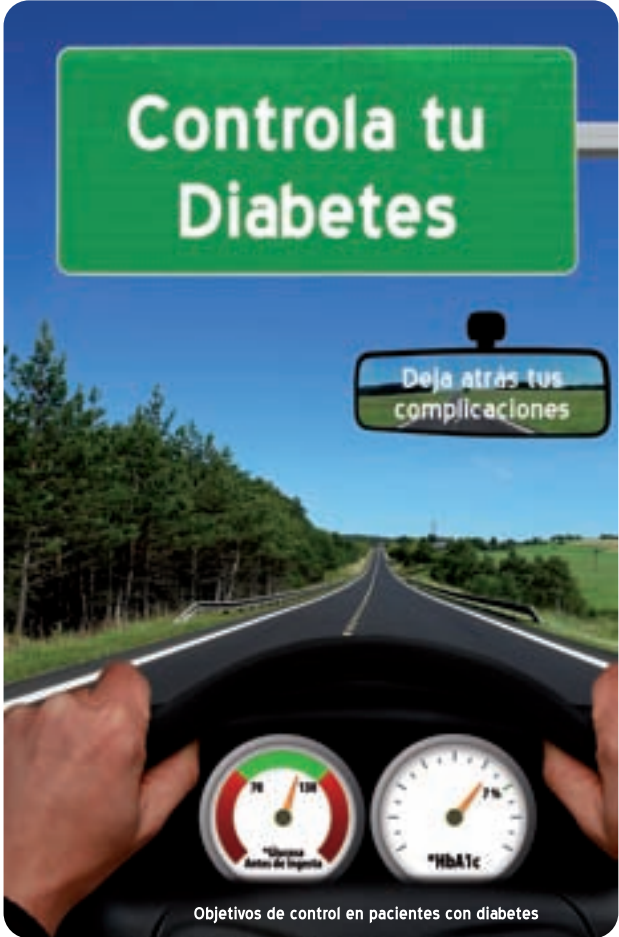


La información contenida en estos folletos es complementaria a las recomendaciones impartidas por los profesionales sanitarios, en ningún caso sustituye a éstas.

26751-07/10



GRUPO DE ESTUDIO SOBRE EDUCACIÓN TERAPÉUTICA



Objetivos de control en pacientes con diabetes

*Diabetes Care, Volumen 33, Suplement 1, January 2010

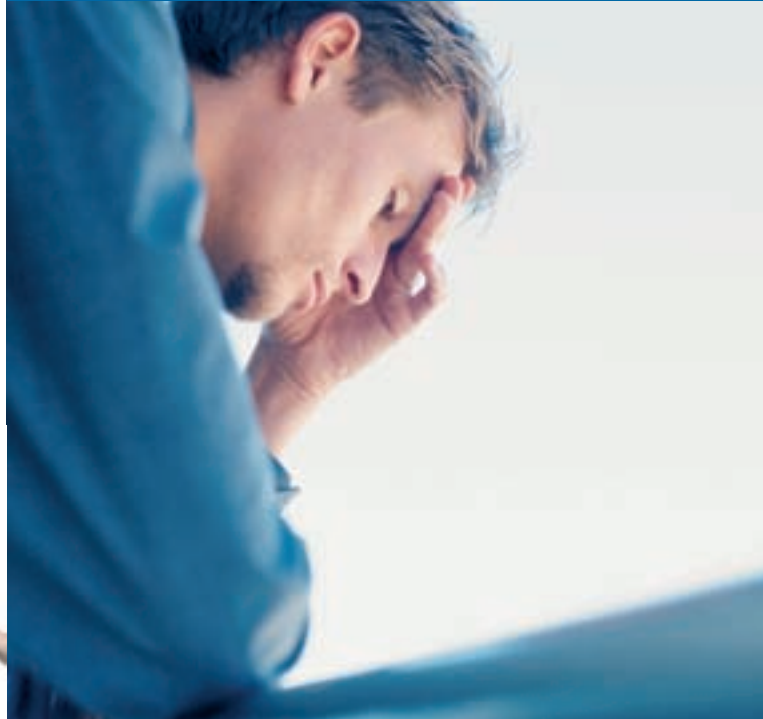


Avda. del Maresme, 120 - 08918 Badalona (Barcelona)
Tel. 93 507 10 00 - Fax. 93 278 02 15
Tel. Atención al Cliente:
935 071 044 - 902 301 334
www.menarinidiag.es
www.diabetesmenarini.com

The human touch of technology

DIABETES

Hipoglucemia



¿QUÉ SIGNIFICA?

Se conoce con el nombre de **hipoglucemia** (hipo = bajo, glucemia = glucosa en sangre), el descenso del azúcar sanguíneo por debajo de una cifra considerada mínima, que es la de 60 mg/dL (3.3 mmol/dL).

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

La glucosa es la fuente de energía principal que utilizan las células del organismo para su funcionamiento. A diferencia de otras, las células del cerebro dependen de forma casi exclusiva del suministro de glucosa, de modo que sufren de un modo especial la falta de azúcar.

¿QUÉ OCURRE EN EL ORGANISMO?

Cuando la glucosa escasea y las células del tejido nervioso no pueden ser nutridas normalmente, el organismo activa una serie de mecanismos para protegerse de la situación de peligro y para advertir al individuo que debe actuar con rapidez. Se produce la **elevación de una serie de hormonas** como la adrenalina, el cortisol, el glucagón y la hormona de crecimiento cuya finalidad es **movilizar las reservas de glucosa** que existen fundamentalmente en el hígado.

SÍNTOMAS

Se presentan de forma rápida y son variables de una persona a otra. Los más usuales son:

- sudoración,
- palpitaciones,
- nerviosismo,
- debilidad,
- sensación de hambre,
- modificaciones en el comportamiento.

Si no se corrige la situación pueden aparecer visión borrosa, dificultad para hablar, confusión mental y pérdida de conocimiento.

CAUSAS

El descenso excesivo de la glucosa en personas con diabetes es debido a una dosis excesiva de insulina o de pastillas hipoglucemiantes o bien a la ingesta insuficiente de hidratos de carbono en una comida o bien a ejercicio físico inadecuado, o finalmente a una combinación de dos o más de estos factores.

TRATAMIENTO

Ante la aparición de los primeros síntomas de hipoglucemia se debe tomar azúcar (3 terrones) o galletas (3-5 unidades) o un vaso (150 mL) de alguna bebida que contenga

hidratos de carbono de rápida absorción (zumos de frutas, bebida de cola, etc...). Los síntomas suelen ceder en 5-10 minutos.



Si la hipoglucemia es grave y existe disminución o pérdida de conciencia, no debe forzarse la ingesta, sino que se precisa inyectar **una ampolla de "Glucagón"** por vía subcutánea (se inyecta igual que la insulina) o intramuscular.

El glucagón moviliza las reservas de glucosa del organismo y hace efecto en unos 5-10 minutos. Tras la recuperación se deben tomar hidratos de carbono. Si la situación no se remonta, la persona afectada debe **recibir asistencia médica inmediata**.

PREVENCIÓN

- Ajuste de las dosis de los medicamentos a sus necesidades reales.
- Horario de alimentación regular en la medida de lo posible.
- Ingesta de cantidades moderadas de hidratos de carbono antes de ejercicios inusuales.