

Cuando la diabetes está mal controlada, puede presentarse complicaciones, es decir aparecen enfermedades oportunistas producidas por la diabetes que pueden ser agudas o crónicas

Complicaciones agudas



1 Hipoglucemia

2 Complicación que implica niveles extremadamente altos de azúcar (glucosa) en la sangre:

- síndrome hiperosmolar hiperglucémico
- cetoacidosis diabética

Hipoglucemia

Es una condición cuando los valores de glucosa o azúcar son demasiado bajos. Se consideran valores bajos de glucosa 70 mg/dl o menos

Causas

En general, las causas más habituales de hipoglucemia en las personas diabéticas suelen estar relacionadas con el tratamiento farmacológico, con la dieta o bien con la actividad física.

Relacionadas con el tratamiento farmacológico

- Dosis inadecuada de insulina.
- Tipo inadecuado de insulina.
- Hipoglucemiantes orales en dosis o en horarios inadecuados.

Es indispensable un chequeo médico frecuente para evitar este problema



Complicaciones Agudas en la diabetes



¿Qué puedo hacer ante una sospecha de hipoglucemia?

Si es posible realícese el automonitoreo con rapidez para confirmar (medida de glucemia menor a 70 mg/dl). si usted tiene una episodio de hipoglucemia actúe inmediatamente



Los pasos a seguir son:

1

Tomar o comer 10 - 15 gramos de carbohidrato de acción rápida (glucosa o algo azucarado). Lo mejor es consumir un vaso de cola no dietética o jugo de fruta, 1 vaso de agua con 1 o 2 cucharaditas de azúcar, 1 fruta.



2

esperar 15 minutos



3

si siguen presentes los síntomas y/o signos y el medidor de glucosa indica 70 mg/dl ó menos, entonces tomar o comer otros 10 - 15 gramos de carbohidrato de acción rápida.



4

mantener la glucemia más o menos en 100 mg/dL (más de 70 mg/dL y menos de 120 mg/dL) para ello es necesario consumir carbohidratos complejos (pan, galletas, fruta).



Si la hipoglucemia es más severa, puede requerir más de 15 - 20 gramos de carbohidrato de acción rápida para revertirla. Por lo regular, los síntomas y el medidor de glucosa indicarán la severidad de la hipoglucemia.



Si las molestias no mejoran
¡BUSQUE AYUDA Y ACUDA AL MÉDICO!

¿En qué consisten 10 gramos de carbohidrato de acción rápida?

Cada uno de los siguientes alimentos representa 10 gramos de carbohidrato:

- 100 mililitros (1/2 vaso) de jugo natural de naranja o piña o toronja
- 100 mililitros (1/2 vaso) de refresco no dietético
- 2 cucharaditas de azúcar blanca de mesa (disuelta en agua)
- 2 malvaviscos o marmelos
- 2 cucharaditas de miel de abeja o mermelada o jalea o manjar de leche



En qué consisten 15 gramos de carbohidrato de acción rápida?

- 2 cucharadas de pasitas
- 150 mililitros (3/4 de vaso) de refresco no dietético
- 1 taza de melón o sandía o papaya



Relacionadas con la dieta:



Olvido o demora de algún tiempo de comida

Disminución exagerada de la ingesta de carbohidratos

Vómitos o diarreas inmediatamente después de una ingesta.



Relacionadas con el ejercicio físico:

Aumentar la intensidad de un ejercicio habitual

Practicar un ejercicio no programado sin ajustar la indicación terapéutica

La práctica frecuente de actividad física es muy importante para su salud, consulte a su médico antes de iniciarla y evite los excesos

Otras causas:

Presencia de enfermedades renales o hepáticas adicionales

Alcohol

Fármacos potenciadores; evite automedicarse.



Existen órganos como el cerebro y los músculos que utilizan la glucosa como combustible para su correcto funcionamiento; sin embargo cuando la glucosa disminuye de manera drástica se empieza a presentar algunos de estos síntomas o molestias:

Mareo, sudoración fría, temblores, visión borrosa, dolores de cabeza, palpitaciones, cambios de carácter, hambre, palidez, confusión, hormigueo en labios y lengua y convulsiones en casos graves.



En definitiva

- Se puede evitar las complicaciones a largo plazo de la diabetes
- Lo más importante es mantener los niveles de glucosa tan cerca de los parámetros normales como sea posible
- Realizarse los controles médicos y exámenes de laboratorio que sean necesarios
- Hacer actividad física
- Mantener un peso adecuado al igual que la presión arterial



Quito
Centro de atención al cliente
Av. 10 de Agosto N36-239 y Naciones Unidas,
Edificio Electro ecuatoriana.
Telf: (593 2) 399 7100 / 399 7200 ext. 7260

Guayaquil
Centro de atención al cliente
Av. Carlos Julio Arosemena #10 y Av. las Monjas
(Urdesa) junto al edificio Hamburgo
(frente al mall Aventura plaza)
Telf: (593 4) 2593900 ext. 7330
Cel: 0994511884

Cuenca
Centro de atención al cliente
Telf: 022264400



QUEREMOS ESCUCHARTE
1800 - 222 824
línea gratuita

www.accu-check.com.ec
www.controldeladiabetes.com.ec