

Hipoglucemia (nivel bajo de glucosa en sangre)

La hipoglucemia (nivel bajo de glucosa en sangre) tiene tres niveles según los niveles de glucosa en sangre (azúcar en sangre) y la gravedad de los síntomas.



NIVEL 1

Su nivel de glucosa en sangre es inferior a 70 mg/dL pero superior o igual a 54 mg/dL



NIVEL 2

Su nivel de glucosa en sangre es inferior a 54 mg/dL



NIVEL 3

Su nivel de glucosa en sangre ha afectado su capacidad de pensar o controlar su cuerpo, por lo que necesita ayuda para tratarlo.

¿Qué lo pone en riesgo de sufrir hipoglucemia grave?

- Está tomando ciertos medicamentos, como insulina, sulfonilurea o meglitinida. (por ejemplo, glibenclamida y glipizida)
- Ha tenido niveles bajos de glucosa en sangre en el pasado.
- No siente síntomas ni nota signos de niveles bajos de glucosa en sangre.
- Tiene enfermedad renal avanzada.
- Es un adulto mayor.
- Tiene problemas de memoria.

Síntomas de hipoglucemia



hambre



sudoración,
escalofríos,
sentirse
pegajoso



sentirse
tembloroso,
nervioso o
ansioso



latidos
cardíacos
acelerados



sentirse
aturdido o
mareado



confusión



pérdida de
conciencia



convulsiones



coma

EVALUAR Y PREVENIR LA HIPOGLUCEMIA

- ✓ Mantenga su kit de herramientas para la diabetes actualizado con: tabletas o gel de glucosa, jugo, refresco regular, dulces y glucagón.
- ✓ Controle su nivel de glucosa en sangre según las indicaciones, especialmente cuando esté activo o cuando las comidas y refrigerios no se realicen a la hora habitual.
- ✓ Utilice un monitor continuo de glucosa si tiene un alto riesgo de tener niveles bajos de glucosa en sangre o si usa insulina.
- ✓ Tome sus medicamentos según las indicaciones, pero no tome insulina si su nivel de glucosa en sangre es bajo.
- ✓ Trate el nivel bajo de glucosa en sangre con la regla 15-15 de inmediato.
- ✓ El alcohol aumenta el riesgo de tener niveles bajos de glucosa en sangre y puede enmascarar algunos síntomas, así que tenga cuidado cuando beba.
- ✓ Hable con su profesional de atención médica sobre su plan de tratamiento si:
 - Tiene niveles bajos de glucosa en sangre regularmente.
 - El miedo a la hipoglucemia está afectando su salud mental.

TRATAMIENTO DE LA HIPOGLUCEMIA

- ✓ Si corre riesgo de sufrir hipoglucemia grave, debería solicitar una receta para glucagón. El glucagón es un tratamiento para la hipoglucemia grave cuando usted no puede comer ni beber, o si no está consciente. Si no tiene uno, hable con su profesional de atención médica sobre si debería tenerlo. Consejos sobre el glucagón y su uso:
 - **Elija glucagón que sea simple y fácil de usar:** El glucagón listo para usar en autoinyectores o polvo nasal ahorra tiempo.
 - **Enseñe a quienes lo rodean:** Enseñe a sus familiares, compañeros de trabajo o compañeros de habitación dónde encontrar y cómo usar el glucagón. No necesitan antecedentes médicos para administrárselo de forma segura.



No dude en llamar al 911. Si alguien está inconsciente y no hay glucagón disponible o no sabe cómo usarlo, llame al 911 inmediatamente.