American Diabetes Association®

Cómo utilizar el plan de control de cetonas de muestra

Información para profesionales de la salud

Público objetivo

Para uso de profesionales de la salud que atienden a personas que utilizan insulina.

Propósito

El Plan de Manejo de Cetonas de Muestra apoya la educación dirigida por el profesional clínico y la toma de decisiones compartida al convertir la orientación clínica en instrucciones claras e individualizadas para su uso. Cuando sea apropiado, el Plan de Control de Cetonas de Muestra puede compartirse con las personas que viven con diabetes.

Cómo debe utilizarse este recurso:

- Revisar y personalizar el plan con la persona durante una consulta clínica.
- Individualizar los umbrales de monitoreo, la orientación sobre el uso de insulina y las instrucciones para buscar atención adicional.
- Reforzar la educación sobre los días de enfermedad y las estrategias de respuesta ante las cetonas.
- Proporcionar el plan completado como material de referencia para llevar a casa, con el fin de apoyar el autocontrol cuando sea clínicamente apropiado.
- No está destinado a utilizarse como un protocolo independiente de autocontrol.

Recursos relacionados de la ADA

Este plan de muestra forma parte de un conjunto más amplio de recursos de la Asociación Americana de la Diabetes® (ADA) para la educación sobre las cetonas, incluida una **Guía para conversaciones clínicas sobre las cetonas para profesionales de la salud**.

Hay recursos adicionales disponibles en la **Biblioteca de recursos para profesionales de la salud de la ADA** y en **diabetes.org/Cetonas**.

Descargo de responsabilidad

Solo para fines educativos; no sustituye el consejo médico individualizado ni el juicio clínico.

Plan de manejo de cetonas de muestra para personas que usan insulina

Este plan está diseñado para que un profesional de la salud lo personalice con el fin de apoyar la educación y el autocontrol.

Cuándo comprobar las cetonas:

Controla tus niveles de cetonas utilizando un monitor continuo de cetonas (CKM), un medidor de cetonas en sangre o una tira reactiva de cetonas en orina cuando:

No te sientas bien.	Estés ayunando por razones religiosas o médicas.
Tu nivel de glucosa (azúcar en la sangre) sea superior a 250 mg/dl (13.9 mmol/l) durante 2 horas o más.	Sigas una dieta baja en carbohidratos o una dieta cetogénica.
Notes signos de niveles elevados de cetonas, como náuseas, vómitos, dolor de estómago, dificultad para pensar con claridad, agotamiento o respiración agitada.	

Verifica tu nivel de cetonas y, luego, determina en qué categoría se encuentra para saber qué hacer a continuación.

	NORMAL Cetonas	ELEVADAS Cetonas	ALTAS Cetonas	ALTAS DE URGENCIA Cetonas
CKM*:	Menos de 0.6 mmol/l	0.6–1.5 mmol/l	1.6–2.9 mmol/l	3 mmol/l o más, o "HI"
o				
Medidor:	Menos de 0.6 mmol/l	0.6–1.5 mmol/l	1.6–2.9 mmol/l	3 mmol/l o más, o "HI"
o				
Orina†:	Negativo (-)	Trazas (+/-)	Pequeña (+)	Moderadas a abundantes (++ o más)
	Acción: Vuelve a comprobar las cetonas cada 4–6 horas. Continúa hasta que tus síntomas mejoren o tu nivel de cetonas requiera tomar medidas.	**Acción:** Compruebe tu nivel de glucosa y, si no presentas síntomas graves, sigue la orientación de la página siguiente. **Busca atención de emergencia inmediatamente** si experimentas síntomas graves.		**Acción:** **Busca atención de emergencia inmediatamente** si presentas síntomas graves. En ausencia de síntomas graves, comunícate con tu profesional de la salud para recibir orientación. Si no puedes comunicarte con él, busca atención de emergencia.

* Monitor continuo de cetonas
† 206 Los resultados de la prueba de cetonas en orina pueden variar según la marca. Sigue las instrucciones de la tira.

Acude a urgencias inmediatamente si presentas alguno de los siguientes síntomas graves:

- Incapacidad para beber líquidos o retenerlos
- Signos de deshidratación
- Confusión o dificultad para pensar con claridad.
- Respiración rápida o agitada

Asociación Americana de la Diabetes® (ADA) | Agosto de 2026

PLAN DE CONTROL DE CETONAS DE EJEMPLO PARA PERSONAS QUE TOMAN INSULINA

Controla tu nivel de glucosa y toma medidas.

Si tu nivel de cetonas está elevado, comprueba tu glucosa y sigue la orientación que aparece a continuación. *Trabaja en conjunto con tu equipo de atención médica para completar este plan antes de usarlo.*

Toma estas medidas si tu nivel de glucosa es inferior a 250 mg/dL (13.9 mmol/L).

Si usas una bomba de insulina, considera cambiar el sitio de infusión o administrarte la insulina con una jeringa o pluma de insulina.

Aumenta la ingesta de líquidos. Bebe aproximadamente 16 onzas de líquidos cada hora hasta que las cetonas se resuelvan.

Toma el medicamento contra las náuseas según lo indicado si tienes náuseas o vómitos.

Toma insulina y consume carbohidratos:

Para personas que pesan más de 50 kg (110 libras), toma _____ unidades de insulina de acción corta o rápida con 15-30 gramos de carbohidratos de acción rápida.
Nota de orientación clínica: Aproximadamente 0.3 g de carbohidratos por kg de peso corporal.

Para personas que pesen 50 kg (110 lb) o menos, toma _____ unidades de insulina de acción rápida/corta con _____ gramos de carbohidratos de acción rápida.

Ejemplos de carbohidratos de acción rápida: Jugo, gaseosa común o tabletas de glucosa.

Suspende temporalmente los siguientes medicamentos
(p. ej., inhibidores de SGLT)
_____
cuando las cetonas superen _____ o se presenten síntomas.

Busca atención de emergencia si tienes síntomas graves, no puedes seguir estos pasos, no puedes retener líquidos o no tienes apoyo.

Toma estas medidas si tu nivel de glucosa es superior a 250 mg/dl (13.9 mmol/L).

Si usas una bomba de insulina, considera cambiar el sitio de infusión o administrarte la insulina con una jeringa o pluma de insulina.

Toma insulina (dosis de corrección para cetonas):
Toma _____ unidades de insulina de acción corta o rápida, con una frecuencia no mayor a una vez cada _____ horas.
Nota de orientación clínica: *Esta dosis es una corrección aumentada, generalmente entre un 10 % y un 20 % mayor que la dosis de corrección habitual calculada.*

Vuelve a medir la glucosa y las cetonas cada 1 a 4 horas. Si la glucosa permanece por encima de 250 mg/dl (13.9 mmol/l), repite la dosis de corrección para cetonas indicada anteriormente. Si las cetonas permanecen elevadas después de que la glucosa disminuya por debajo de este nivel, sigue el plan para glucosa por debajo de 250 mg/dl (13.9 mmol/l).

Aumenta la ingesta de líquidos. Bebe aproximadamente 16 onzas de agua u otros líquidos sin carbohidratos cada hora hasta que las cetonas se resuelvan.

Suspende temporalmente los siguientes medicamentos
(p. ej., inhibidores de SGLT)
_____
cuando las cetonas superen _____ o se presenten síntomas.

Busca atención de emergencia si tienes síntomas graves, no puedes seguir estos pasos, no puedes retener líquidos o no tienes apoyo.

Vuelve a medir las cetonas con uno de los siguientes métodos:

- **Monitor continuo de cetonas:** cada 1-2 horas, prestando atención a las flechas de tendencia de las cetonas.
- **Medidor de cetonas en sangre:** cada 2 horas
- **Tira reactiva de cetonas en orina**: cada 4 horas.

Si las cetonas permanecen elevadas al volver a medirlas, sigue las medidas correspondientes según tu nivel actual de glucosa. Continúa monitoreando y siguiendo este plan hasta que las cetonas se resuelvan o sea necesario recibir atención de emergencia.

Información importante para el control y el tratamiento de las cetonas.

Busca atención de emergencia si, a pesar de seguir tu plan de control de cetonas:

- Los niveles de cetonas se mantienen en un nivel peligrosamente alto (3 mmol/L o superior).
- Tu monitor continuo de cetonas muestra que las cetonas aumentan después de 4 a 6 horas de autocuidado.
- Los síntomas empeoran (como vómitos, incapacidad para beber líquidos, signos de deshidratación o confusión).
- No te sientes cómodo o no puedes controlar las cetonas por tu cuenta.

Número de teléfono de la clínica: _____

Número de teléfono de emergencia: _____

Recordatorios importantes:

No debes suspender la insulina a menos que tu equipo de atención médica te lo indique o que esté establecido en tu plan personalizado para el manejo de las cetonas, ya que suspender la insulina puede hacer que aumenten los niveles de cetonas y elevar el riesgo de cetoacidosis diabética (CAD).

Asegúrate de tener insulina de acción corta y los suministros necesarios para administrarla (jeringas o agujas para pluma).

Usuarios de bombas de insulina: Ten disponible insulina de acción prolongada (basal) que no esté vencida y los suministros necesarios para administrarla (jeringas o agujas para pluma) en caso de que la bomba o el sitio de infusión fallen.

Los cuidadores y los familiares deben estar familiarizados con tu plan de control de cetonas por si necesitas ayuda.

Descargo de responsabilidad: Este plan de control de cetonas tiene fines educativos y no sustituye el consejo de tu equipo de atención de la diabetes. Comunícate siempre con tu profesional de atención médica si tienes preguntas sobre tu situación específica.

American Diabetes Association®

Obtén más información en
diabetes.org/Cetonas