



¿CUÁN ALTO ES SU RIESGO?

LA HIPOGLUCEMIA GRAVE PUEDE CAUSAR:

Confusión mental, inconsciencia, convulsiones, lesiones, accidentes automovilísticos, problemas relacionales, pérdida de síntomas hipoglucémicos, cambio en el ritmo cardíaco

HIPOGLUCEMIA GRAVE (HG)
Episodios de niveles bajos de azúcar en sangre que no puede tratar solo debido a razonamiento alterado o inconsciencia

EL OBJETIVO
El mejor control posible de la glucosa sin HG

NIVEL DE RIESGO
BAJO



FACTORES PARA CONSIDERAR QUE AFECTAN SU RIESGO

Usted:

No toma sulfonilureas[†] (SU, p. ej., Amaryl, Glucotrol, DiaBeta) o glinidas[‡] (p. ej., Prandin, Starlix, Glufast)

Siempre sabe cuándo tiene un nivel bajo

Tiene los síntomas de advertencia “clásicos” de niveles bajos de azúcar en sangre (p. ej., sudoración, temblor)

Tiene niveles bajos de azúcar en sangre (por debajo de 3,9 mmol/l o 70 mg/dl) menos de 3 veces por semana

No tuvo episodios de HG en el último año

Usted:

Ha estado tomando insulina, SU o glinidas, especialmente por varios años

Tiene niveles de azúcar en sangre por debajo de 3,9 mmol/l o 70 mg/dl más de 3 veces por semana

Tiene menos síntomas de advertencia de niveles bajos de azúcar en sangre

Tuvo un episodio de HG en el último año

Bebe alcohol en exceso o con el estómago vacío

No ajusta la insulina según las comidas o el ejercicio

Usted:

Tiene niveles bajos de azúcar en sangre por debajo de 3 mmol/l o 54 mg/dl 3 veces por semana o con mayor frecuencia

Nunca o casi nunca tiene síntomas de advertencia de que los niveles de azúcar en sangre están por debajo de 3 mmol/l o 54 mg/dl

Tuvo episodios de HG más de una vez en el último año

Tiene > 70 años, deterioro de la memoria o demencia

Tiene deficiencia renal

Toma varios tipos de medicamentos

MANERAS DE DISMINUIR EL RIESGO A CONSIDERAR

Controlarse el nivel de azúcar en sangre

- Según se recomienda
- Cuando se presentan síntomas de niveles bajos de azúcar en sangre
- Cuando se presentan síntomas de niveles bajos de azúcar en sangre

Llevar alimentos o bebidas con azúcar (carbohidratos) para tratar los niveles bajos de azúcar en sangre

Tratar siempre de inmediato los niveles bajos con alimentos o bebidas azucaradas

Lo mismo que para el riesgo bajo, más:

Controlarse el nivel de azúcar en sangre

- 4 veces al día o más (antes de tomar la insulina y según se recomienda)
- Antes, durante y después del ejercicio

Pedirle a su proveedor de atención médica que:

- Revise sus medicamentos para la diabetes
- Determine si necesita realizarse otros análisis de sangre (p. ej., del funcionamiento renal, gastrointestinal y tiroideo)
- Le recete un kit de glucagón y le muestre a usted y a su acompañante cómo usarlo

Recibir educación sobre la prevención de la hipoglucemia

Controlarse el nivel de azúcar en sangre antes de conducir y durante períodos largos de conducción, y no conducir cuando los niveles de azúcar en sangre estén por debajo de 5 mmol/l o 90 mg/dl

Lo mismo que para el riesgo bajo y moderado, más:

Evitar todos los niveles de azúcar en sangre por debajo de 3 mmol/l o 54 mg/dl para mantener o recuperar los síntomas de advierten

Considerar preguntar sobre medicamentos para la diabetes con riesgo mínimo de niveles bajos de azúcar en sangre

Asegurarse de reemplazar los kits de glucagón vencidos

Consultar a su proveedor de atención médica sobre el uso de un dispositivo de control continuo de la glucosa

Si usa insulina, consultar a su proveedor de atención médica sobre el uso de una bomba de insulina que se apaga cuando el nivel de azúcar en sangre es bajo

NIVEL DE RIESGO
MOD.



NIVEL DE RIESGO
ALTO



[†]Sulfonilureas genéricas: glimepirida, gliburida/glibenclamida, glipizida, gliclazida, tolbutamida

[‡]Glinidas genéricas: repaglinida, mitiglinida, nateglinida

*Escala de percepción de la hipoglucemia: “¿Sabe cuándo está comenzando la hipoglucemia?”

Responda usando la escala del 1 al 7, en la que el 1 es “siempre percibe” y el 7 es “nunca percibe”; un puntaje ≥ 4 indica poca percepción.

*Otra definición: síntomas solo con niveles de azúcar en sangre por debajo de 3 mmol/l o 54 mg/dl, o ausencia de síntomas

Este folleto pretende brindar información sobre los factores que suelen estar asociados con un mayor riesgo de hipoglucemia grave (HG), así como las recomendaciones que se suelen asociar con un menor riesgo. La presencia de algún factor de riesgo específico no necesariamente significa que una persona determinada se encuentra en alto riesgo. También es cierto que seguir una recomendación específica no necesariamente garantiza que una persona no presente HG. Se deben tener en cuenta otros factores relevantes para la situación de la persona al evaluar el nivel de riesgo y un plan clínico. Esta es una herramienta educativa y una guía para una evaluación inicial de los factores de riesgo y las posibles recomendaciones.