

¿Qué puedo hacer? Soy Diabético.

Guía para optimizar su dosis de insulina basal.



COMEPA IAMPP
Hacemos hoy la salud del mañana

FEPREMI
Federación de Prestadores Médicos del Interior

Manual de ayuda práctica para pacientes con diabetes

Guía para optimizar

su dosis de insulina basal.

La insulina es una hormona natural producida por el páncreas, que controla el nivel de glucosa en el cuerpo. Algunas personas con diabetes deben recibir insulina, ya sea porque su páncreas no genera lo suficiente o la insulina producida no actúa en forma apropiada. La insulina es fundamental para que mantenga sus niveles de glucosa en sangre bajo control.

Su médico le indicó un tratamiento con insulina basal o análogos lentos, siga las siguientes recomendaciones, para optimizar su tratamiento.

1 . Indique en la grilla, la dosis inicial de insulina que le ha indicado su médico:

Dosis inicial de insulina: UI.

2 . Indique el objetivo de glicemia en ayunas que definió su médico:

Objetivo de glicemia en ayunas: mg/dL.



3 . Determine la dosis de insulina que le corresponde de acuerdo a las mediciones que haga su glicemia en ayunas, medida a la hora de levantarse.

4 . Si la glicemia en ayunas es superior a _____ mg/dL, durante 3 días seguidos, agregue 2 unidades a la dosis de insulina.

5 . Si la glicemia en ayunas está entre 80 y 130 mg/dL o según la meta que le ha planteado su médico, Ud. ha encontrado la dosis óptima de insulina.

6 . Si la glicemia en ayunas es inferior a 80, durante 3 días seguidos, o en caso de hipoglicemia sintomática, Ud. debe disminuir la dosis de insulina 2 unidades.



¡Importante!

Reconocer y tratar la hipoglicemia.



La hipoglicemia o glucosa muy baja en sangre, puede aparecer de improvisto, y es muy importante que la reconozca y la trate rápidamente para evitar complicaciones.

Puede aparecer hipoglicemia cuando:

- No comió a tiempo, omitió alguna comida o tuvo vómitos.



Hizo más ejercicio que el habitual.

- Tomó demasiadas bebidas alcohólicas.



Recibió medicamentos hipoglicemiantes o insulina de más.



- Tomó ciertos medicamentos que bajan la glucosa, o está cursando alguna enfermedad.



Los síntomas que puede presentar

por hipoglicemia son:

Debilidad extrema.
Irritabilidad, confusión, agresividad.
Hambre, cansancio.
Sensación de malestar acompañada con sudor frío o temblores.
Cefalea, sensación de desmayo.
En casos más severos, pérdida de conocimiento, convulsiones.



Si tiene alguno de estos síntomas, mídase la glicemia. Si es igual a menor a 70 mg/dL, ingiera:

- **Agua con dos cucharadas de azúcar.**
- **Bebida o jugo azucarado.**



En pacientes que no son capaces de consumir carbohidratos vía oral, aquellos que estén en contacto próximo con los pacientes deben ser instruidos en cómo y cuándo utilizar glucagón.

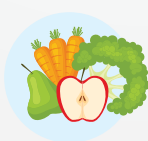
Después de 15 minutos, vuelva a medir la glicemia, para asegurarse de que esté por encima de 70mg/dL. Repita esto si es necesario. Cuando la glicemia se estabilice, coma una colación.

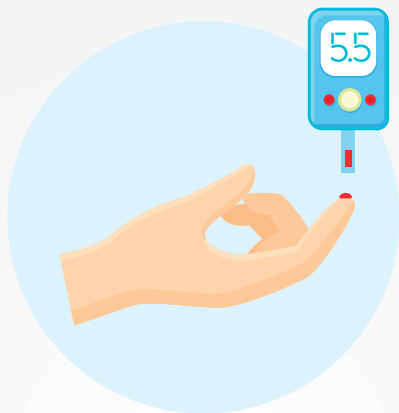
Es importante que lleve con Ud. alimentos para situaciones de emergencia. También puede utilizar un brazalete o alguna identificación médica.

Cuéntele a su médico si hace hipoglicemias frecuentes, especialmente si se repiten la misma hora o momento del día.

Cuéntele a su médico si ha tenido desmayos por hipoglicemia.

La hipoglicemia se puede prevenir si Ud. come a la misma hora, toma su medicación como le indicaron, y se mide la glicemia regularmente.





COMEPA IAMPP
Hacemos hoy la salud del mañana

 **FEPREMI**
Federación de Prestadores Médicos del Interior