

## ¿Cómo te das cuenta si tenés hiperglucemia?

Al medirte el azúcar en sangre con tu glucómetro, o si:



Con apoyo de tu familia y las recomendaciones del equipo de salud, podés cuidar que tu glucemia se mantenga **normal** (normoglucemia)



Integrantes del equipo interdisciplinario del programa de atención integral de niños y adolescentes con diabetes

- **Paula Paz Povedano.** Jefa Sección Diabetes. Médica pediatra, especialista en nutrición clínica infantil
- **Daniela Rodríguez Fuentes.** Médica pediatra, especialista en diabetes
- **Nilce Rojas Sayas.** Médica pediatra, residente en diabetes Infantil
- **Laura Frizzo.** Médica pediatra, residente en diabetes infantil
- **Mariana Fariáz.** Lic. en nutrición.
- **Eugenia Sequeira.** Lic. en trabajo social
- **María L Macías.** Lic. en psicología.
- **Ivana Barreiro.** Lic. en psicopedagogía
- **Griselda Ludueña.** Lic. en enfermería

Colaboradoras:

- **Melina Vidal.** Pasante de psicología-UNC
- **Andrea Suárez.** Pasante de psicología UNC
- **Antonella Molinero.** Psicóloga UNC

## ¿Qué debés hacer?

*Si tu glucemia está alta, debés colocarte insulina según las indicaciones de tu médico o médica.*

*Si estás enfermo, tenés vómitos o tus glucemias están por encima de 200 mg/dl, debés chequear si tenés cetonas en orina, ya que las mismas indicarían que estás en peligro de descompensarte y necesitar internación.*

*Si aparecen cetonas en tu orina, tu familia o persona a cargo deben llevarte rápidamente al hospital.*

## Ciclo Inicial Intensivo de Educación DIABETOLÓGICA

Módulo 3:



Hospital de Niños de la Santísima Trinidad



## Hipoglucemia e hiperglucemia

## ¿Qué es la hipoglucemia?

Es cuando el azúcar en sangre disminuye a valores de menos de 70 mg/dl.

### ¿Por qué se produce la hipoglucemia?

- Tus comidas tenían poca cantidad de hidratos de carbono
- Tu dosis de insulina fue mayor a la que necesitabas
- Realizaste mucha actividad física sin comer ninguna colación
- Tenés vómitos y/o diarrea.

### ¿Cómo te das cuenta si tenés hipoglucemia?



También puede ser que tengas hipoglucemia cuando sientas enojo sin motivo, o si tenés pesadillas

## ¿Qué debés hacer?

Mis médicos me dijeron que cuando me sintiera así, podía ingerir una de estas tres cosas



No te olvides de comer una colación cuando tu glucemia vuelva a valor normal

La hipoglucemia puede complicarse con un desmayo o con convulsión, si esto ocurre, tu familia o persona a cargo debe llevarte de urgencia al hospital.

Mientras tanto, podés mejorar si te colocan azúcar en las encías o con la administración de glucagón.

Para evitar que esto suceda esto es importante que **NO** dejes de hacer tus monitoreos de glucemia y que comas como te indicó tu nutricionista.

## ¿Qué es la hiperglucemia?

Es cuando el azúcar en sangre es alta respecto de los valores sugeridos para cada niño o niña con diabetes. No obstante, tené en cuenta que un valor mayor a 180 mg/dl siempre se considera hiperglucemia.

### ¿Por qué se produce la hiperglucemia?

- Te falta insulina
- Tus comidas tenían mucha cantidad de hidratos de carbono
- Estás estresado
- Hiciste poco ejercicio físico
- Tenés alguna infección o estás enfermo