



Identificación, manejo y prevención de la hipoglucemia en personas con diabetes tipo 2, familiares y/o cuidadores

Por: Rodrigo Abad y Paloma Menéndez



🔊 Toque [aquí](#) para escuchar el PODCAST completo.

Signos y síntomas de las hipoglucemias¹

Hipoglucemias leves/moderadas

- Temblores
- Visión borrosa
- Sudoración
- Somnolencia
- Hambre
- Mareos
- Dolor de cabeza
- Aumento FC

Hipoglucemias graves

- Incapacidad de comer
- Convulsiones
- Pérdida de conocimiento

Tipos de hipoglucemias²

Nivel 1 ⚠️

Leves (<70 mg/dl)

Síntomas iniciales, sin afectación neurológica que el paciente puede autotratarse con reversión sin precisar ayuda externa

Nivel 2 ⚠️

Moderadas (<54 mg/dl)

Síntomas autonómicos y neuroglucopénicos, con autotratamiento, aunque puede precisar ayuda externa

Nivel 3 ⚠️

Graves

Alteraciones mentales y/o estado físico que precisa ayuda de terceros, administración de glucagón y/u otras medidas

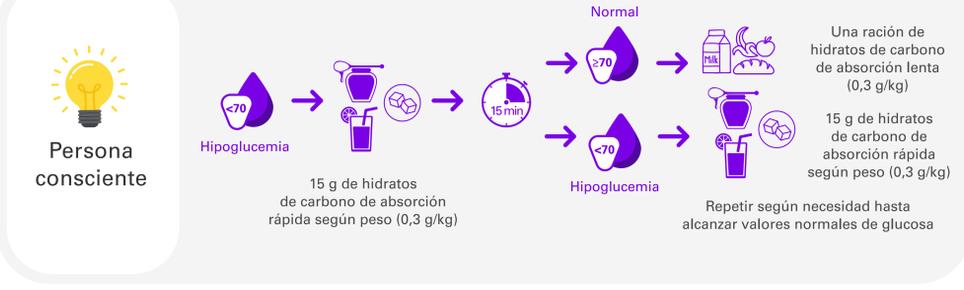
¿Por qué se producen las hipoglucemias?³

- Toma de fármacos secretagogos, solos o unidos a otros potencialmente hipoglucemiantes.
- Administración de insulina en exceso.
- Disminución o retraso en el consumo de alimentos.
- Aumento de ejercicio.
- Exceso de alcohol.
- Hepatopatías.

Factores de riesgo⁴

- Edad avanzada
- Polimedicación
- Deterioro cognitivo
- Mala absorción
- Déficit hidratación
- Errores de prescripción
- Insulinoterapia de larga evolución
- Insuficiencia renal
- Neuropatía
- Sobredosis de insulina
- Actividad física
- Consumo de alcohol

Manejo de las hipoglucemias^{1,2}



	Pico de acción	Duración
En tratamiento con insulina		
Ultrarrápidas	1-2 h	2-4 h
Rápidas	2-4 h	5-8 h
Intermedias	4-8 h	12 h
Prolongadas	-	12-42 h
Mezclas	Doble	12 h

En el caso de los análogos de insulina de acción prolongada se deberá ajustar la insulina cada tres días. En el caso de insulinas prandiales el ajuste debe realizarse de acuerdo a la ingesta de hidratos de carbono y al objetivo glucémico definido.



Prevención de las hipoglucemias⁵⁻⁸

El profesional sanitario debe calcular el riesgo (alto, moderado o bajo) ante un evento hipoglucémico, teniendo en cuenta una serie de criterios mayores y menores.

Criterios mayores

- Antecedentes de episodios de hipoglucemia grave e inadvertida.

Criterios menores

- Episodios de hipoglucemia sintomática o documentada.
- Duración de la diabetes >10 años.
- IMC <22%.
- HbA_{1c} <6,5% o >9%.

Importancia de la técnica de administración de insulina en la prevención de las hipoglucemias⁹

Los siguientes factores favorecen la aparición de hipoglucemias:

- Presencia de lipodistrofias.
- Longitud de aguja superior a la recomendada.
- Ausencia de planificación de puntos y zonas de administración del fármaco por vía SC.
- No fraccionamiento de dosis superiores a 40 UI como causa de lipodistrofia, excepto en insulinas con mayor concentración (200-300 UI).

El objetivo principal del programa de educación en diabetes es ayudar a las personas a sentirse seguras. Es necesario plantear objetivos glucémicos seguros y mantenerlos por un tiempo tratando de modificar el riesgo percibido.¹⁰

Abreviaturas

HbA_{1c}, hemoglobina glicosilada; IMC, índice de masa corporal; SC, subcutáneo; UI, unidades internacionales

Referencias

1. Abraham MB, et al. *Pediatr Diabetes*. 2018 Oct;19 Suppl 27:178-92.
2. *Diabetes práctica. Actualización y habilidades en Atención Primaria. Suplemento extraordinario*. 2022 (Supl. 2):1-30.
3. American Diabetes Association. *Diabetes Care* 2021; 44(Suppl. 1):S73-S84.
4. Heller SR, et al. *Diabet Med*. 2016 Apr;33(4):471-7.
5. Proceso Asistencial Integrado (PAI) para Hipoglucemias en personas con Diabetes tipo 2. DOCUMENTO DE RECOMENDACIONES. ISBN: 978-84-608-8149-0 ©Ferrer Internacional, S.A. Publicado en marzo de 2016.
6. Mezquita-Raya P, et al. *Endocrinol Nutr*. 2013 Nov;60(9):517.e1-517.e18. English, Spanish.
7. Weber KK, et al. *Exp Clin Endocrinol Diabetes*. 2007 Sep;115(8):491-4.
8. Ampudia-Blasco FJ. *Av Diabetol*. 2009;25:280-6.
9. Márquez Contreras E, et al. *Atención primaria* 2012;44(2):74-81.
10. Anders H, et al. *Mayo Clin Proc*. 2016;91(9):1231-1255.

Patrocinado por:

