

¿QUÉ ES LA HIPOGLUCEMIA (AZÚCAR BAJA)?

La HIPOGLUCEMIA surge cuando su nivel de glucosa en sangre está baja (**cifra menor a 70mg/dL**). Algunas personas que tienen niveles bajos de azúcar en la sangre **NO PRESENTAN SÍNTOMAS**. Por eso es muy importante, medir su nivel de azúcar en la sangre regularmente.

SÍNTOMAS HIPOGLUCEMIA



Dolor de cabeza



Palpitaciones



Visión borrosa



Somnolencia



Sudoración



Náuseas

REGLA DE LOS 15

Si su nivel de azúcar en sangre es **inferior a 70 mg/dL**, siga la **REGLA DE LOS 15**. Administrar al paciente 15 gramos de CARBOHIDRATOS y esperar 15 MINUTOS para volver a medir la glucemia.

EJEMPLOS DE 15 GRAMOS DE CARBOHIDRATOS

- 150mL de jugo industrializado o natural
- 2 cucharadas de mermelada
- 1 cucharada de miel
- 1 - 2 cucharadas de azúcar disueltas en 1 vaso de agua
- 1 vaso de leche

NOTA: No dar refrescos ni bebidas frías para intentar elevar la glucosa.

VERIFICAR GLUCEMIA NUEVAMENTE (15 minutos)

- Si la glucemia es menor de 100mg/dL, repetir el proceso.
- Si la glucemia es mayor de 100mg/dL, corrección lograda.

IMPORTANTE



Si el paciente, no puede comer o beber, acudir inmediatamente a URGENCIAS.

Bibliografía: Protocolos de Atención integral - Diabetes mellitus tipo 2 prevención, diagnóstico y tratamiento, 2022.

Elaboró: Dr. Esaú Olivar, Médico Familiar

www.doctoresauolivar.com

Citas WhatsApp: 477 - 510 - 3554



Ingresa AHORA MISMO