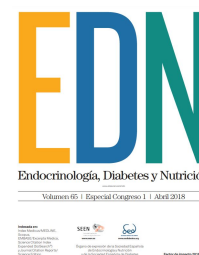




Endocrinología, Diabetes y Nutrición



P-121 - YO ME TOMO ALGO DULCE

F. Venegas Antequera^a, A.M. González Pérez^b, P. Maseda Martínez^c, M.I. Estévez Rodríguez^c y M.B. Cruz Balsa^a

^aC.A.E. Puerto de la Cruz, Puerto de la Cruz. ^bGerencia de Atención Primaria Tenerife, Los Realejos. ^cHUNSC, Santa Cruz de Tenerife.

Resumen

Introducción: La hipoglucemia se define como cualquier episodio de concentración plasmática de glucosa anormalmente baja (con o sin síntomas) en el que el individuo se expone a un daño. Sin embargo la clínica en función de cada paciente puede aparecer a distinto nivel. La tríada de Whipple (1938) la define como: síntomas compatibles, baja concentración de glucosa plasmática y restauración de la sintomatología después de normalizar la glucemia. Una concentración plasmática de glucosa inferior a 70 mg/dl define un episodio de hipoglucemia en el paciente diabético. Los pacientes con largo historial de hipoglucemias desarrollan una adaptación a la misma, lo que da menos margen de maniobra. La mayoría de los episodios de hipoglucemia se corrigen sin dejar secuelas neurológicas aparentes, Sin embargo, estos episodios repetidos-recurrentes pueden tener efectos perjudiciales crónicos en el sistema nervioso.

Objetivos: Conocer si los pacientes saben solucionar correctamente una situación de hipoglucemia. Dotar de elementos de educación terapéutica para beneficiar su autocuidado.

Material y métodos: Estudio descriptivo observacional realizado en un Centro de Atención Especializada de la zona norte de Tenerife. Se recogen datos de pacientes en tratamiento con insulina y ADOs susceptibles de producir una hipoglucemia. Todos los pacientes han presentado hipoglucemias recientes en el momento de la evaluación.

Resultados: De los 236 pacientes que acuden a la consulta del centro, con edades comprendidas entre 40 y 82 años, evolución de la diabetes entre 4 y 37 años, 38,16% acuden por primera vez frente al 61,86% de consulta sucesiva, comprobamos que 104 pacientes solucionan bien una situación de hipoglucemia, mientras que 122 pacientes lo hacen de forma inadecuada con alimentos como chocolate, leche condensada...

Conclusiones: Los alimentos de bajo índice glucémico, no son los más adecuados ante una hipoglucemia, pues su conversión en glucosa y el paso de la misma a sangre es más lenta, con lo cual la persona ante esta situación continúa comiendo de forma descontrolada mientras existan los síntomas, apareciendo como consecuencia el rebote hiperglucémico. Ante la pregunta planteada a los pacientes: "En una situación de hipoglucemia, ¿cómo la solucionarías?", hemos podido comprobar en la muestra tomada como referencia que la mayoría no lo hace adecuadamente, no toman ni la cantidad de carbohidratos recomendada ni de la forma más efectiva para solucionar la situación en el menor tiempo, generando con ello más ansiedad y mayor consumo de alimentos. Estos datos nos

sugieren que hay que intensificar la educación diabetológica para el tratamiento adecuado de las mismas y la prevención de complicaciones.