

GUÍA DE ATENCIÓN EN DIABETES



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

Derecho de autor ® 2021

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción total o parcial de la presente obra por cualquier medio sea impreso, magnético y digital, sin la autorización escrita de los titulares del copyright o derecho de autor, bajo las sanciones establecidas en las leyes nacionales y tratados suscritos por Colombia.

HOSPITAL UNIVERSITARIO SAN IGNACIO

JULIO CÉSAR CASTELLANOS RAMÍREZ, MD.

Director General

REINALDO GRUESO ANGULO, MD.

Director Científico

ANA MARÍA GÓMEZ MEDINA, MD

Jefa Unidad de Endocrinología

AUTORES

CLAUDIA PATRICIA RUBIO REYES

Enfermera Unidad de Endocrinología

Imágenes y gráficos:

Banco imágenes HUSI

Lantus.com

Botplusweb.portalfarma.com

Slideshare.net

Sucrezero.com

Researchgate.net

clinidiabet.com

pngwing.com

goconqr.com

conscienhealth.org

elblogdelasalud.info

medicinaysaludpublica.com

toujeo.com

xultophy10036pro.com

Diseño y edición:

Bogotá, Colombia. 2021.

Oficina de Comunicaciones HUSI

Contenido

Introducción.....	1
¿Qué es la diabetes?.....	2
¿Cómo se trata la diabetes?.....	3
¿Qué es hipoglicemia?.....	6
¿Qué es la hiperglicemia?.....	7
¿Qué otros cuidados debe tener?.....	8
Zona de aplicación de la insulina.....	10
Manejo de las insulinas análogas.....	11
Otros tratamientos.....	14
Tabla de seguimiento.....	16

Introducción

El Hospital Universitario San Ignacio, la Unidad de Endocrinología y la Clínica de Diabetes le dan a usted y a su familia la bienvenida. Deseamos convertirnos para ustedes, en la institución donde puedan encontrar apoyo y acompañamiento durante todo el proceso de tratamiento que están realizando.

Recuerde que la presente guía no reemplaza la información suministrada por su médico tratante, en lo que respecta a su enfermedad y tratamiento. Preste mucha atención a la información y recomendaciones y así tendrá claridad frente al proceso de atención.

INFORMACIÓN PARA PACIENTES DIABÉTICOS

¿Qué es la diabetes?

La diabetes es una alteración del funcionamiento normal del organismo en la que o bien el páncreas es incapaz de producir insulina, o, aunque la produzca, esta no realiza su función correctamente.

Debido a ello, la glucosa (el azúcar) se va acumulando en la sangre porque no puede penetrar en las células del organismo.

Síntomas



Dolor de cabeza



Sueño



Deseo de ir al baño



Visión borrosa



Sed



Hambre

¿Cómo se trata la diabetes?

Existen 3 pilares fundamentales en el tratamiento: hipoglucemiantes orales e insulina, dieta y automonitoreo.

● Hipoglucemiantes Orales

- Son algunos de los medicamentos que podemos usar para bajar los niveles de azúcar en la sangre. Se pueden utilizar o no dependiendo del tipo de diabetes, usualmente son metformina o glibenclamida.
- Terapias Inyectables
- La insulina es una hormona que se encarga de controlar la glicemia, cuando hay diabetes muchas veces es necesario suplirla a través de inyecciones. El médico es quien le indica cuál de los tratamientos es ideal para su tipo de diabetes y cuál es la dosis que debe administrarse.
- Agonistas GLP1
- Coformulación GLP1 + Insulina



● Dieta

Para mantener un nivel normal de glicemia (azúcar en sangre), es necesario tener un adecuado plan de alimentación, caracterizado por:

- Dieta fraccionada en 5 tiempos de comida: desayuno, medias nueves, almuerzo, onces, cena y si es necesario refrigerio nocturno.
- No consumir azúcar, dulces, gaseosas normales, panela, miel, chokolatinas o cualquier otro alimento que lo contenga.
- Consumir al menos 3 porciones de fruta y 2 de verdura durante el día.
- Consumir 1 harina en cada tiempo de comida principal.
- No consumir jugos naturales, cereales del desayuno (hojuelas de maíz, etc.) puré de papa, crema de zanahoria, productos de panadería refinados.
- Es muy importante que el plan de alimentación sea personalizado y que la familia esté vinculada en este proceso de cambio de hábitos. Hable con su nutricionista al respecto.



● Automonitoreo

Los niveles normales de glucemia deben ser acordados con el médico, sin embargo, la mayoría de pacientes se encuentran controlados en un rango de 70 a 120 antes de las comidas y entre 100 y 140 dos horas después de las comidas.

Para medir la glucemia es necesario tener un glucómetro, con sus respectivas tiras y lancetas, de esta manera usted podrá realizar diariamente las mediciones de glucometría indicadas por su médico tratante.

El glucómetro se mide tomando una gota de sangre de un lado de un dedo, luego se pone sobre la tira reactiva y en la pantalla del glucómetro aparecerá el resultado, el cual debe ser registrado en la hoja de automonitoreo.



¿Qué es hipoglicemia?

La hipoglicemia es una baja de azúcar en la sangre, se presenta cuando la glucemia está por debajo de 70mg/dl y se caracteriza por los siguientes signos y síntomas:

Palidez



Sudoración



Sueño



Cambio de
Humor



Hambre



Dolor de cabeza



Siempre que se presenta alguno de estos síntomas debe tomarse la glucometría y si está por debajo de 70mg/dl consume cualquiera de las siguientes:

- 1/2 vaso de gaseosa normal.
- 1 vaso de agua con 3 cucharadas de azúcar.
- 1 vaso de jugo normal con azúcar.
- 1 vaso de leche con 1 cucharada de azúcar.
- Espere 15 min y verifique con una glucometría si está por encima de 70 mg/dl, si no es así repita la operación.

¿Qué es la Hiperglicemia?

La hiperglicemia es una elevación de azúcar en la sangre, se presenta cuando la glicemia está por encima de 180mg/dl y se caracteriza por los siguientes signos y síntomas:

Deseo de ir al baño



Sed



Hambre



Baja energía



Visión borrosa



Dolor de cabeza



Siempre que presente alguno de los síntomas tome 3 vasos de agua y si esta entre 200 y 240 mg/dl camine al menos 30 minutos. Pero si está por encima de 240 mg/dl no realice ejercicio, consuma agua y consulte con su médico tratante o educadora en diabetes si es necesario inyectarse una dosis de insulina de corrección.

Si además de presentar estos síntomas tiene vómito, dolor de estómago, aliento con olor a frutas o náuseas diríjase inmediatamente al servicio de urgencias más cercano.

¿Qué otros cuidados debe tener?

A largo plazo la diabetes mal controlada puede afectar diferentes órganos como los ojos, riñones, vasos sanguíneos y sistema nervioso. Es importante que si usted presenta alguna alteración en cualquiera de estos órganos se lo comunique a su médico.

Dentro de las alteraciones del sistema nervioso una de las más comunes es el pie diabético, el cual se caracteriza por los cambios en el color de los dedos, disminución de la temperatura, pérdida de la sensibilidad y en algunos casos aparición de úlceras.

Los cuidados que debe tener con sus pies son:

- Inspecciones sus pies todos los días.
- Lávelos diariamente.
- Aplique loción o crema para suavizarlos, no aplique entre los dedos.
- Corte las uñas después del baño, ya que después de esto están blandas y limpias. Córtelas en forma recta para evitar daños en la cutícula.
- Use zapatos cómodos, medias que no tengan costuras y que absorban bien la humedad.
- Si no alcanza a ver sus pies, visite a un podólogo.

COSAS QUE DEBE HACER SI TIENE PIE DIABÉTICO

1. Inspeccione sus pies todos los días.



2. Lave los pies todos los días con agua tibia y jabón neutro.



3. Séquelos con una toalla suave, no olvide secar entre los dedos.



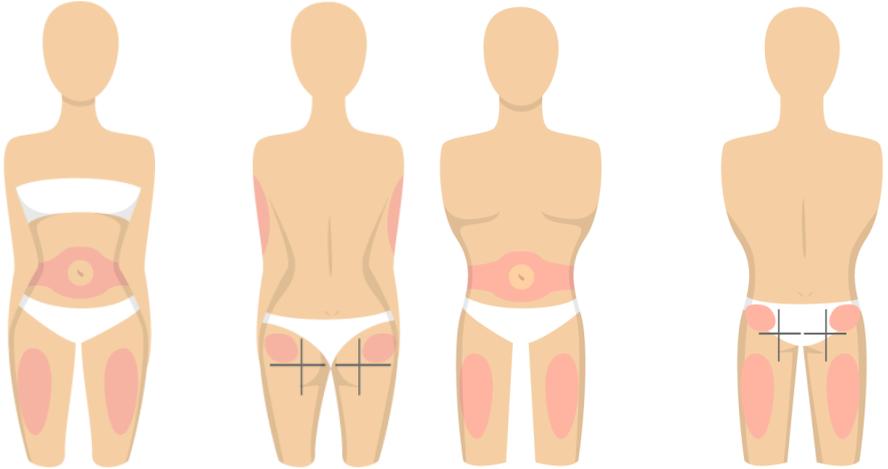
4. Humectelos con crema o loción para suavizarlos, no debe hacerlo entre los dedos.



5. Use zapatos y medias suaves, evitando que queden apretados.



Zona de aplicación de la insulina



La insulina se absorbe de diferente manera dependiendo el área donde se inyecta, por lo que es mejor rotar el sitio de aplicación según lo indicado por su médico y educador en diabetes.

La insulina penetra la sangre:



Más rápidamente en el abdomen (estómago).



Un poco lento en los brazos.



Más lentamente en las piernas.



Muy lentamente en los glúteos.

Manejo de las insulinas análogas

- El esfero de insulina es prellenado, desechable, con capacidad de 300 unidades.
- Cada rayita del esfero de insulina equivale a una unidad de insulina.
- La aguja del esfero de insulina es desechable, se debe cambiar en cada aplicación y se desecha en un recipiente plástico, evitando que los habitantes de la calle o los recolectores de basura puedan tener contacto con estas agujas.
- El esfero de insulina cuando se termina se debe destruir y desechar en la basura.
- El esfero de insulina que se tenga en uso puede estar a temperatura de 2°C a 8°C, y los esferos que se tengan de reserva deben estar en la nevera refrigerados, no congelados.

Insulina Glargina o Lantus

Esfero de color gris con violeta y se aplica a las 10:00 PM.



Insulina Novorapid Aspart

Esfero azul con naranja y se aplica inmediatamente antes de cada comida principal (Desayuno, Almuerzo, cena.)



Insulina Humalog o Lispro

Esfero de color gris oscuro con vinotinto y se aplica inmediatamente antes de cada comida principal (Desayuno, Almuerzo, cena.)



Insulina Apidra o Glulisina

Esfero de color azul claro y se aplica inmediatamente antes de cada comida principal (Desayuno, Almuerzo, cena.)



Insulina Levemir o Detemir

Esfero de color azul claro y se aplica inmediatamente antes de cada comida principal (Desayuno, Almuerzo, cena.)



Otros tratamientos que se están manejando actualmente

Insulina Degludec



Xultophy (Insulina Degludec + liraglutide)



Saxenda



Victoza



Semaglutide



Dulaglutide



Soliqua



Toujeo





**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

Hospital Universitario San Ignacio

Unidad de Endocrinología

Clínica de Diabetes

Calle 41 #13-06 - Piso 3°

Teléfono: (057+1) 5946161 Ext. 2817

Horario de atención

Lunes a viernes

8:00 a.m. a 9:00 a.m.

Bogotá, Colombia

www.husi.org.co