

Nivel bajo de azúcar en la sangre (Hipoglucemia)

Cornerstones4Care®

Causas

Usted puede tener un nivel bajo de azúcar en la sangre (también llamado hipoglucemia) si:

- Toma ciertas medicinas y come muy pocos carbohidratos o si salta o retrasa una comida
- Usa mucha insulina o toma muchas píldoras para la diabetes (pregunte a su equipo para el cuidado de la diabetes si esto le aplica a usted)
- Está más activo de lo usual

Señales y síntomas

Esto es lo que puede pasar cuando su nivel de azúcar en la sangre está bajo:



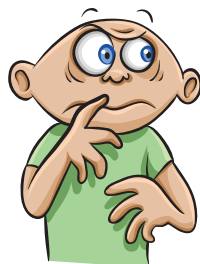
Temblores



Sudores



Mareo o temblores



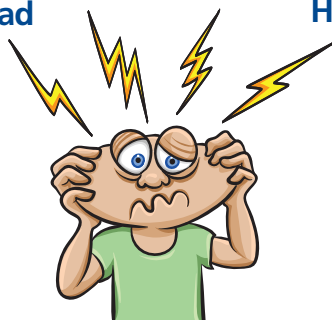
Ansiedad



Hambre



Debilidad o cansancio



Dolor de cabeza



Nervioso o alterado

Si el nivel bajo de azúcar en la sangre no se trata, puede convertirse en severo y causarle un desmayo. Si usted tiene un problema de nivel bajo de azúcar en la sangre, hable con su médico o su equipo para el cuidado de la diabetes.

Nivel bajo de azúcar en la sangre (Hipoglucemia)

Qué hacer si piensa que tiene un nivel bajo de azúcar en la sangre

Revise de inmediato su azúcar en la sangre si tiene algún síntoma de un nivel bajo de azúcar en la sangre. Si piensa que su azúcar en la sangre está baja pero no puede hacerse la prueba enseguida, trátese de todos modos.



Trátese tomando una bebida o comiendo 15 gramos de algún alimento que contenga un nivel alto de azúcar, como:

- 4 onzas (½ vaso) de jugo de frutas regular (como jugo de naranja, manzana o uva)
- 4 onzas (½ vaso) de refresco de soda regular (no de dieta)
- 3 o 4 tabletas de glucosa
- 5 a 6 caramelos duros que pueda masticar rápido (como las mentas)



Espere 15 minutos y repita la prueba de azúcar en la sangre. Si todavía está baja, vuelva a comer o tomar algún alimento alto en azúcar. Cuando su nivel de azúcar en la sangre vuelva a la normalidad, ingiera una comida o merienda. Esto puede ayudar a que no vuelva a bajarle mucho el nivel de azúcar en la sangre.



Para más información, visite Cornerstones4Care.com

Novo Nordisk Inc. autoriza la reproducción de este material sólo para fines educativos sin lucro con la condición de que se conserve este material en su formato original y se muestre el aviso sobre derechos reservados. Novo Nordisk Inc. se reserva el derecho de revocar este permiso en cualquier momento.

Cornerstones4Care® es una marca registrada de Novo Nordisk A/S.

Novo Nordisk es una marca registrada de Novo Nordisk A/S.

© 2016 Novo Nordisk Impreso en EE. UU. USA16PCT01082 Abril de 2016 Cornerstones4Care.com

