

12. DIABETES: HIPOGLUCEMIA

¿EN QUÉ CONSISTE?

La hipoglucemia consiste en un descenso excesivo de la glucosa en sangre. El valor se obtiene realizando una determinación de glucemia capilar. Se considera que estamos ante una hipoglucemia cuando el valor de glucosa en sangre es inferior a 70 mg/dl aunque no se acompañe de síntomas, o cuando aparecen los síntomas y no podemos determinar la glucemia capilar.

Posibles causas de la hipoglucemia:

- ▶ Haber puesto una dosis excesiva de insulina
- ▶ Haber hecho demasiado ejercicio (tiempo y/o intensidad)
- ▶ No haber tomado el alimento necesario
- ▶ Aparición de vómitos

Los niños con diabetes también pueden presentar la situación contraria: una hiperglucemia severa o aumento excesivo de la glucemia por encima de 250-300mg/dl, de carácter grave. Ante esta circunstancia debemos avisar a la familia y al 112.

SÍNTOMAS

Los síntomas pueden ser leves, moderados o graves dependiendo de cada persona y de lo bajo del nivel de glucosa en sangre:

Síntomas leves:

- ▶ Sensación de hambre
- ▶ Dolor de cabeza
- ▶ Sudoración fría
- ▶ Palidez
- ▶ Palpitaciones, taquicardia
- ▶ Cambio de carácter
- ▶ Temblores
- ▶ Dolor abdominal

Síntomas moderados:

- ▶ Dificultad para pensar o hablar
- ▶ Comportamientos extraños
- ▶ Visión borrosa
- ▶ Adormecimiento
- ▶ Mareos

Síntomas graves:

- ▶ Alteración del nivel de conciencia llegando al coma.
- ▶ Convulsiones.

Los padres, madres o tutores legales, profesionales sanitarios y profesorado deben instruir al alumno/a con diabetes para que avise en cuanto se dé cuenta de que está teniendo los primeros síntomas de hipoglucemia.

EL GLUCAGÓN

Es un medicamento para tratar las hipoglucemias graves de forma inmediata en casos de urgencia, en personas con diabetes que están inconscientes.

- * Los alumnos/as con diabetes suelen reconocer la hipoglucemia y actuar ante los primeros síntomas, por lo que podrán tomar alimentos en clase. Aun así, deben ser supervisados por el profesorado.
- * Es necesario tener el glucagón en el centro educativo. Según acuerden los responsables del mismo y los padres, madres o tutores legales, podrá llevarlo el alumno/a consigo en una bolsa refrigerada o estar en el centro, siendo en este último caso los padres, madres o tutores legales los que deben facilitar el glucagón y estar atentos a la caducidad y a su reposición. Es frecuente que caduque sin haberse usado.
- * Debe estar refrigerado (2-8° C). Sin temperaturas extremas, no excediendo de 25° C, puede estar durante unas horas fuera de la nevera, lo que facilita el llevarlo consigo cuando se sale del centro educativo.
- * El resto del alumnado, los profesores y demás personal del centro educativo que está en contacto con el alumno/a habitualmente, deben estar familiarizados con el reconocimiento de la hipoglucemia.
- * Todo el personal del centro que se relaciona habitualmente con el alumno/a debe conocer cómo administrar el glucagón. Para ello tendrán el apoyo formativo del enfermero/a referente para el centro educativo. Es muy sencillo y su administración no entraña ningún riesgo.
- * Los padres deben eximir por escrito al personal del centro de cualquier responsabilidad ante un fallo en la administración del glucagón (anexo I: Ficha de Salud del alumno/a).



Fig. 23. GlucaGen Hypokit 1 mg. Polvo y disolvente para solución inyectable. Glucagón.

¿CÓMO ACTUAR?

- ▶ Ante los síntomas de hipoglucemia, hay que **comprobar el nivel de glucosa en sangre** mediante la glucemia capilar. Si no se puede realizar la prueba y se sospecha la hipoglucemia, se debe tratar como si lo fuese. Sin ningún miedo. La hipoglucemia hay que tratarla CON URGENCIA.
- ▶ **Ante la duda** de si los síntomas que presente el niño/a se corresponden con una hiperglucemia o una hipoglucemia, **actuaremos siempre como si fuera una hipoglucemia** porque conlleva un mayor riesgo vital.
- ▶ Se seguirán las **instrucciones de la Ficha de Salud del alumno/a**.
- ▶ **Si no se dispone de ella**, se procederá del siguiente modo:

A.- Hipoglucemia sin alteración de la conciencia**1. Dar por boca 10 a 15 g de hidratos de carbono de absorción rápida.**

Por ejemplo:

- Glucosa 10 a 15 gramos (en pastillas o gel)
- Azúcar (2 terrones o un sobre de azúcar)
- Zumo de frutas o refrescos azucarados, no "light" (100 cc)

2. Guardar reposo, mejor tumbado para evitar caídas.**3. Avisar a la familia.** Esperar unos 10-15 minutos y repetir la glucemia si se puede. Si no se ha normalizado o persisten los síntomas hay que volver a dar el mismo tipo de hidratos de carbono.

SI A PESAR DE ELLO NO CEDE, AVISAR AL 112.

3. Si ya lo ha superado, para evitar que vuelva a repetirse la hipoglucemia, se deben dar otros 10 gr. de hidratos de carbono de absorción lenta.

Algunos ejemplos:

- 20 gr. de pan
- 3 galletas María
- Un vaso de leche
- 2 yogures naturales
- Una pieza de fruta



Mientras un alumno/a. con diabetes tiene hipoglucemia no debe estar solo, ya que puede perder la conciencia.

B.- Hipoglucemia con alteración de la conciencia

Acontecimiento excepcional si hay un adecuado seguimiento del tratamiento:

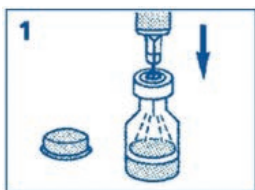
- 1. Colocar en Posición Lateral de Seguridad. Avisar al 112 y a la familia.**
- 2. NUNCA** dar alimentos ni sólidos ni líquidos por boca.
- 3. Administrar Glucagón (intramuscular o subcutáneo).** Según el peso o la edad del niño, la dosis será diferente:
 - Administrar 0,5 mg (1/2 ampolla) en niños con menos de 25 kg o menores de 7 años
 - Administrar 1 mg (una ampolla) en niños con más de 25 kg de peso o mayores de 7 años.

3.1.- Preparación y administración de glucagón (GlucaGen®)

(Fte.: Prospecto, información para el usuario GlucaGen Hypokit 1 mg Polvo y disolvente para solución inyectable. Glucagón. [consultado 25/08/2016].

Disponible en https://www.aemps.gob.es/cima/pdfs/es/p/59327/P_59327.pdf

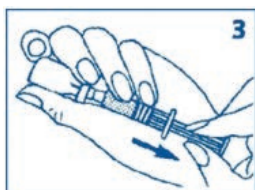
1. Retire el capuchón de plástico del vial. Quite el protector de la aguja de la jeringa. Introduzca la aguja en el disco de goma (dentro del círculo marcado) del vial que contiene GlucaGen e inyecte todo el líquido de la jeringa en el vial.



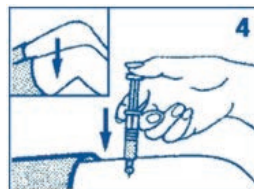
2. Sin retirar la aguja del vial, agite suavemente el vial hasta que GlucaGen esté completamente disuelto y la solución sea transparente. Se disuelve muy bien, por lo que no debemos perder mucho el tiempo.



3. Asegúrese de que el émbolo está completamente medido. Mientras mantiene la aguja en el líquido (estando el vial más alto que la jeringa), extraiga lentamente toda la solución con la jeringa (no el aire). Procure que el émbolo no se salga fuera de la jeringa.



4. Inyecte la dosis debajo de la piel o en el músculo



- 4. Si recupera la conciencia** (no hay síntomas y glucemia mayor de 70 mg/dl) tomar un alimento con alto contenido en azúcar como galletas o zumo de frutas y realizar controles glucémicos cada 15 minutos, hasta la llegada de los servicios sanitarios.