

Nivel bajo de azúcar en la sangre (Hipoglucemia)

Causas

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

- Toma ciertas medicinas y come muy pocos carbohidratos
- 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
- Está enfermo
- Bebe alcohol sin ingerir la cantidad suficiente de alimentos

Señales y síntomas

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



O puede no tener ningún síntoma.

Si el nivel bajo de azúcar en la sangre no se trata, puede convertirse en un problema de salud 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



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

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 tabletas de glucosa o 1 tubo de gel de glucosa



4 onzas (½ vaso) de refresco de soda regular (no de dieta)

1 cucharada de azúcar, miel o jarabe de maíz



2 cucharadas de pasitas (uvas pasas)

Espere



Espere **15 minutos** y luego repita la prueba de azúcar en la sangre:

- Si todavía está baja, vuelva a comer o tomar algún alimento alto en azúcar
- Si falta más de una hora para su próxima comida, come un bocadillo para evitar que vuelva a bajar el nivel de azúcar en la sangre

Para más información, visite espanol.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® Diabetes Punto por Punto es una marca registrada de Novo Nordisk A/S.

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

© 2020 Novo Nordisk Impreso en EE. UU. US20PAT00074 Mayo de 2020 espanol.Cornerstones4Care.com

