

Diabetes: Cetoacidosis diabética - [Diabetes: Diabetic Ketoacidosis]



Cuando tiene diabetes (especialmente diabetes tipo 1), está en riesgo de tener cetoacidosis diabética (DKA, por sus siglas en inglés). Esta es una enfermedad peligrosa que ocurre cuando el cuerpo no tiene suficiente insulina para utilizar el azúcar como combustible, y entonces en vez de eso, descompone la grasa y los músculos. Este proceso descompone la grasa en ácidos grasos, que se convierten en otro tipo de ácidos llamados cetonas. Las cetonas se acumulan en la sangre y cambian el equilibrio químico del cuerpo. Si no se trata, la DKA puede llevar a un coma o incluso a la muerte.

La DKA puede ocurrir si en el cuerpo no hay insulina, o la cantidad es baja, y el nivel de azúcar en la sangre aumenta demasiado. Esto puede suceder cuando usted no recibe suficiente insulina o cuando tiene una infección u otra enfermedad como la gripe. Estar severamente deshidratado también puede causarla. La DKA ocurre principalmente en personas con diabetes

tipo 1. Raras veces ocurre en personas con diabetes tipo 2.

Síntomas de la DKA

- Tiene la piel enrojecida, caliente y seca.
- Tiene aliento con olor fuerte y afrutado.
- Tiene pérdida de apetito, dolor abdominal y vómito.
- Se siente inquieto.
- Tiene respiración rápida y profunda.
- Se siente confuso.
- Se siente muy somnoliento (con sueño) o tiene dificultad para despertarse. Es posible que a los niños pequeños no les interese hacer sus actividades normales.

Cómo prevenir la DKA

- Adminístrese la insulina y tome los otros medicamentos para la diabetes a tiempo y en la dosis correcta.
- Revise su nivel de azúcar en la sangre antes de las comidas y al acostarse. O hágase la prueba con la frecuencia que su médico le recomiende. Esa es la mejor manera de saber cuándo su nivel de azúcar en la sangre está alto para poder tratarlo temprano. Estar atento a los síntomas no funciona tan bien. Es posible que no los note hasta que ya haya empezado a producir cetonas y su azúcar en la sangre sea muy alto.

- Enséñeles a otras personas en su trabajo, en el hogar o en la escuela a revisarle su nivel de azúcar en la sangre. Asegúrese de que sepan cómo revisar su nivel de azúcar en la sangre en caso de que no pueda hacerlo usted mismo.
- Use o lleve consigo una identificación médica en todo momento. Esto es muy importante en caso de que esté demasiado enfermo o lesionado para hablar por usted mismo.
- No haga ejercicio cuando el azúcar en su sangre sea alto y su prueba de orina muestre cetonas. El ejercicio puede hacer que su nivel de azúcar suba.
- Tome comidas regulares que distribuyan sus calorías y carbohidratos durante todo el día. Esto ayudará a mantener estable el nivel de azúcar en la sangre.
- Cuando esté enfermo:
 - Siga administrándose la insulina y los medicamentos para la diabetes. Tómelos incluso si está teniendo dificultad para comer o para beber. Si está vomitando y no puede tomar sus pastillas para la diabetes, llame a su médico. Si se administra insulina, siga aplicándosela como se lo indicaron pero llame a su médico si no hay cambios en su nivel de azúcar en la sangre. El nivel de azúcar en la sangre podría seguir subiendo debido a que está enfermo.
 - Beba líquidos adicionales, como agua, caldo y sodas sin azúcar. Llame a su médico de inmediato si tiene señales de necesitar más líquidos. (Tiene los ojos hundidos, la boca seca y orina sólo poca cantidad de color oscuro).
 - Trate de comer los tipos y las cantidades de alimentos habituales.
- Revise su azúcar en la sangre al menos cada 3 a 4 horas. Revísela con más frecuencia si está aumentando con rapidez. Si sube por arriba de 300, y su médico le ha dicho que se administre una dosis adicional de insulina para un nivel alto de azúcar en la sangre, adminístrese la cantidad correcta. Si se administra insulina y su médico no le ha dicho cuánto administrarse para los niveles altos de azúcar en la sangre, llámelo y pídale consejo.
- Hágase pruebas de cetonas en la orina cada 4 a 6 horas, especialmente si su nivel de azúcar en la sangre es superior a 300. Llame a su médico si tiene más de 1+ o cetonas moderadas en la orina. Si tiene diabetes tipo 2, es posible que sólo necesite medir las cetonas si su nivel de azúcar en la sangre es superior a 300. Pregúntele a su médico cuándo examinarse su nivel de cetonas.
- Revise su temperatura y pulso con frecuencia si su nivel de azúcar en la sangre supera los 300. Si su temperatura se está elevando, llame a su médico. Tal vez usted esté empeorando.

¿Cómo tratar el nivel alto de azúcar en la sangre?

Si sabe que su nivel de azúcar en la sangre está alto, trátelo antes de que empeore. Una vez que se desarrolla la DKA, es una enfermedad muy peligrosa que **debe ser tratada en el hospital**.

- Si ha omitido su dosis usual de insulina u otros medicamentos para la diabetes, aplíquese la dosis omitida.
- Si usted y su médico han establecido una dosis de insulina ultra rápida, según sea su nivel de azúcar en la sangre, adminístrese la dosis correcta. Si se administra insulina y su médico no le ha dicho cuánta insulina de acción rápida debe administrarse para los

niveles altos de azúcar en la sangre, llámelo y pídale consejo.

- Beba más agua o bebidas sin cafeína ni azúcar para prevenir la deshidratación.
- Hágase una prueba de cetonas en la orina. Si los resultados muestran que su orina tiene 1+ o una cantidad moderada a grande de cetonas, llame a su médico para consejos.
- Espere 30 minutos después de administrarse insulina adicional o de tomar los medicamentos que no había tomado. Luego, vuelva a revisar su nivel de azúcar en la sangre.
- Si sus síntomas de un nivel alto de azúcar en la sangre empeoran o si el nivel sigue en aumento, llame a su médico. Si comienza a sentirse somnoliento o confuso, **llame al 911**.

