**HIPERGLUCEMIA:**

**¿Qué es la hiperglucemia??**

Hiperglucemia se define como cantidad excesiva de glucosa en la sangre, es decir nivel de glucemia por encima de los objetivos:

* **antes de comidas >130mg/dl**
* **por encima de 180mg/dl después de las comidas.**

El nivel de glucosa puede aumentar de manera transitoria después de una comida rica en hidratos de carbono y habitualmente puede ser asintomático.

Sin embargo, cuando los niveles de glucosa en la sangre se mantienen elevados a causa de la falta de insulina, los niveles de cetonas en sangre se elevan. Como consecuencia, probablemente el niño o adolescente con diabetes no se sentirá bien.

**Un elevado nivel de glucosa en sangre puede ocasionar complicaciones a corto y largo plazo.**

**¿Por qué se produce la Hiperglucemia??**

Causas:

* **Falta de insulina**: poner menos dosis de la correspondiente u omitirla ( no poner insulina)
* Insulina caducada o deteriorada.
* Comida abundante en hidratos de carbono
* Disminución de la actividad física habitual
* Estrés, infección, enfermedad o tratamiento (corticoides)

**¿Qué síntomas tiene?**

La hiperglucemia de forma puntual puede cursar sin sintomas, si ésta se mantiene en el tiempo aparece:

* Aumento de sed
* Sequedad de piel y boca
* Aumento de la miccion
* Sensacion de hambre
* Cansancio o fatiga.

Que son los sintomas que aparecen en el debut de diabetes.

**¿Qué hacer ante una hiperglucemia?**

Si llevas Monitorización Continua de Glucosa (MCG) con sensor de glucosa y suena alarma de glucosa alta **comprobar siempre con glucemia capilar**.

Beber abundante agua.

Analizar cuando fué la ultima dosis de insulina rapida administrada y corregir según Factor de Sensiblidad (FS) si corresponde. Hacer controles de glucemia capilar y corregir cada 2h.

Pensar cuales pueden ser las causas : olvido u omisión de dosis, dosis baja, mala técnica de administración de insulina o aumento de ingesta de alimento con hidratos de carbono.

Si la hiperglucemia se mantiene a pesar de corregir puede ser que a insulina se haya deteriorado hay que cambiar de pluma incluso plantearse sacar nueva caja de la farmacia.

Si se cumple un **patrón de hiperglucemia**, es decir; que los niveles de glucosa en sangre se encuentran elevados durante 3 días en un mismo momento del dia, valorar aumentar la dosis de insulina correspondiente. Si tiene dudas consultar con su equipo de diabetes.

**En situación de enfermedad** puede haber descompensación de la diabetes y aparecer hiperglucemia, por lo que en esos días hay que hacer glucemias capilares frecuentes, corregir con insulina cada 2-3h, ajustar la dosis en función de las glucemias y hacer determinaciones de cuerpos cetónicos (orina o sangre). . Si tiene dudas consultar con su equipo de diabetes.

Si lleva tratamiento con bomba de insulina seguir pauta indicada por su equipo de diabetes.

Si los valores de glucemia superan los 250mg/dl mantenidos se trata de una **hiperglucemia severa** y existe riesgo de deshidratación y cetoacidosis, sería conveniente realizar determinacion de cuerpos cetónicos.

**¿Qué es la cetoacidosis?**

La cetoacidosis es una complicacion grave producida por la acumulación de cuerpos cetonicos o cetonas en sangre.

Cuando hay falta de insulina en nuestro cuerpo éste no puede utilizar la glucosa como energia por lo que se inicia un mecanismo para conseguir energia que consiste en “quemar grasa” : el hígado descompone grasa para obtener energía, un proceso que produce ácidos llamados cetonas.

**Sintomas de cetotacidosis:**

Además de los sintomas de hiperglucemia pueden aparecer: Aliento afrutado, deshidratación ( sed, sequedad de piel y mucosas), respiraciones rápidas y profundas, nauseas y vómitos, dolor abdominal, debilidad, alteración de la conciencia.

**¿Cuándo hacer control de cuerpos cetónicos?**

Cuando no existe buen control, hay hiperglucemias mantenidas o aparece algun sintoma que nos indique cetosis.

En periodos de enfermedad que cursan con descompensacion , vómitos, fiebre,..

En situaciones de mucho estrés.

Si hay omisiones de dosis de insulina.

**¿Cómo hacer los cuerpos cetónicos e interpretar los resultados?**

La determinacion de cuerpo cetonicos se puede realizar en sangre y en orina.

En las farmacias venden test de cuerpos cetónicos que consisten en una tira reactiva que en contacto con la orina cambia de color e indica grado de cetosis, seguir indicaciones del fabricante.

Para hacer control en sangre es necesario que tenga glucometro con funcion de cuerpos cetónicos, el lector de la MCG de FreStyle tiene esa funcion; y tiras especificas de cuerpos cetónicos. Consultar con su equipo de diabetes.

Valoracion de resultados:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| CETONA SANGRE | CETONA EN ORINA | INTERPRETACION | ACTUACION |
| 0,0 -0,5 mmol/l | (-) | negativo | Corregir hiperglucemia según FS |
| 0,5-1,0 mmol/l | (+) | indicios | Corregir hiperglucemia, beber abundantes liquidos, reposo y hacer controles cada 2h |
| 1,0-3,0 mmol/l | (++) | cetosis | Seguir indicaciones anterioires y ponerse en contacto con su equipo de diabetes |
| > 3,0 mmol/l | (+++) | cetoacidosis | Administrar insulina de correccion y Acudir al hospital |

