



Diabetes: plan para los días en que esté enfermo

Cuando está enfermo, incluso con solo un resfrío, su nivel de glucosa en sangre se puede elevar. Solicite ayuda a su equipo de cuidados de la salud para desarrollar un plan para controlar el nivel de glucosa en sangre los días en que esté enfermo. Estas son algunas pautas.

Lo que no debe hacer

- No deje de tomar su medicamento para la diabetes, a menos que se lo indique su proveedor de cuidados de la salud.
- No tome otros medicamentos, como remedios para el resfrío o la gripe, a menos que lo consulte primero con su proveedor de cuidados de la salud.

Lo que debe hacer

- Siga su plan de alimentación. Si no puede comer, pruebe con jugo de frutas, gelatina común o barras de jugo congeladas, según lo que indique su proveedor de cuidados de la salud. Intente comer o beber 50 gramos de carbohidratos cada 3 a 4 horas.
- Beba mucho líquido sin calorías, como agua y otras bebidas sin azúcar, para evitar deshidratarse.
- Controle su nivel de glucosa en sangre con la frecuencia indicada por su proveedor de cuidados de la salud.
- Busque jarabes y gotas para la tos sin azúcar. Consulte a su proveedor de cuidados de la salud para saber si puede tomarlos.
- Si utiliza insulina, ajuste la dosificación de acuerdo con su plan para los días en que esté enfermo. No omita la insulina. La necesita aun cuando no puede ingerir sus comidas normales. Si toma píldoras, tome la dosis normal a menos que su proveedor de cuidados de la salud se lo indique.
- Solicite que alguien verifique cómo está varias veces al día.

Llame a su proveedor de cuidados de la salud si:

- Ha estado vomitando o con diarrea por más de 6 horas.
- Su nivel de glucosa en sangre supera los 240 mg/dL después de haber tomado insulina adicional (si lo recomienda su plan para los días en que esté enfermo).
- Toma medicamentos orales para la diabetes, su nivel de glucosa en sangre supera los 240 mg/dL antes de una comida y se mantiene tan elevado durante más de 24 horas.
- Tiene niveles de cetona moderados a altos en la orina.
- Tiene fiebre o no se siente mejor después de algunos días.

Copyright © 2015 Merck Sharp & Dohme Corp., una filial de **Merck & Co., Inc.** Todos los derechos reservados.

© 2000-2015 The StayWell Company, 780 Township Line Road, Yardley, PA 19067. Todos los derechos reservados. Esta información no tiene como objetivo sustituir la atención médica profesional. Siempre siga las instrucciones del profesional de la salud. Esta información ha sido modificada por su proveedor de cuidados de la salud con el permiso de la editorial.

Adaptado de las hojas de salud Krames On-Demand HealthSheets creadas por Krames Patient Education, un producto de StayWell, en colaboración con la Asociación Americana de Diabetes (American Diabetes Association, ADA).

DIAB-1139797-0001 01/15

