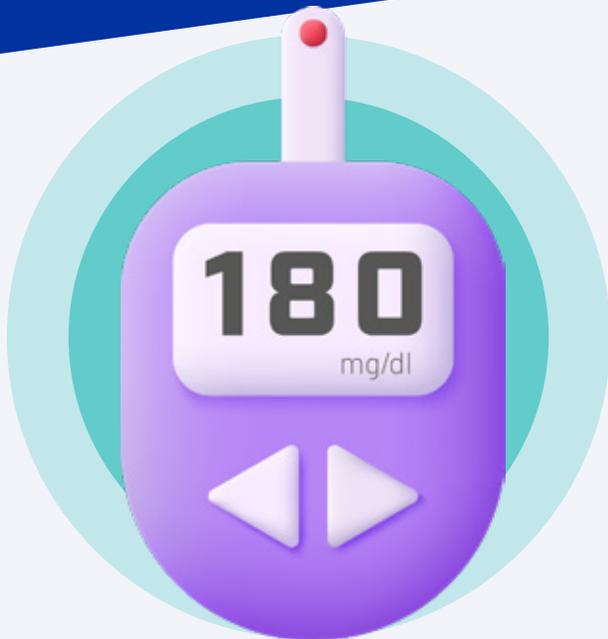
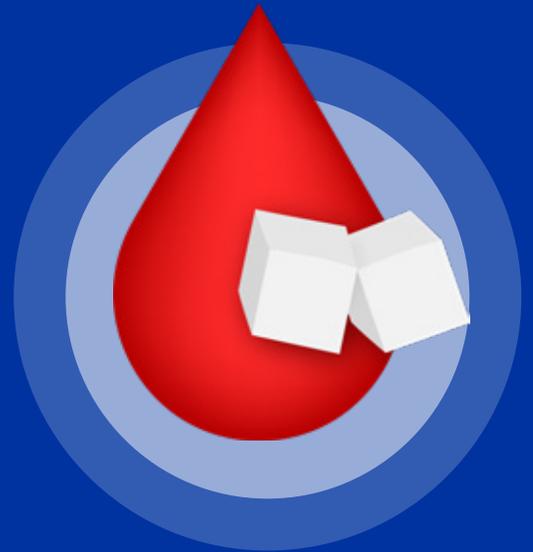




# ¿SABES QUÉ ES **LA HIPERGLICEMIA** Y CÓMO TRATARLA?



Es una complicación aguda que se da por **exceso de azúcar en la sangre**. Se puede producir si **no consumes los alimentos adecuados** o no aplicas los medicamentos como es necesario.



**El resultado está elevado si es:**

Mayor a **180 mg/dl** para menores de 75 años.

Mayor a **200 mg/dl** para mayores de 75 años.

# SÍNTOMAS

- Visión borrosa.
- Somnolencia.
- Sed en exceso.
- Hambre.
- Pérdida de peso.
- Necesidad de orinar con frecuencia u orinarse en la cama.
- Respiración acelerada, latido rápido del corazón.
- Náuseas y vómitos.
- Dolor abdominal.
- Infección por hongos.
- Piel o labios secos.
- Irritabilidad.



# Estas situaciones pueden generarte **UNA HIPERGLICEMIA**

- No tomarte las pastillas antidiabéticas.
- Aplicar menos unidades de insulina.
- No seguir la técnica de inyección o utilizar una aguja demasiado corta.
- Conservar inadecuadamente la insulina.



- Aplicar la insulina en zonas rojas, callosas, con lesiones.
- Excederse en el consumo de carbohidratos.
- Realizar menos actividad física de lo acostumbrado.
- Tener infecciones.
- Utilizar fármacos como esteroides o algunos jarabes.
- Estrés.

¿Qué hacer si la

**HIPERGLICEMIA**

**ES GRAVE?**

*En general, no es una situación alarmante, salvo cuando se presentan dolor abdominal y vómito.*

*En ese caso, **debes consultar con tu equipo de salud.***



# 5 ACCIONES EFECTIVAS

## para evitar incremento de hiperglicemia

- 1 Toma líquidos frecuentemente** (agua, caldos naturales, limonada sin azúcar).
- 2 Incrementa los controles de azúcar en la sangre.** Si superas las cifras normales durante dos días, consulta, así no tengas síntomas.
- 3 No te saltes** la aplicación de insulina o la toma de antidiabéticos orales.





**4** Consulta con tu médico en qué momento y cómo aplicarte una dosis de insulina de refuerzo.

**5** Si tienes glicemia por encima de 250 mg/dl **evita practicar actividad física**, mientras te estabilizas.

**ENTRE TANTAS PRIORIDADES,  
TÚ ERES LA PRIMERA**

[vivemas.segurossura.com.co](http://vivemas.segurossura.com.co)

