



Manejo de días de enfermedad para personas con Diabetes Tipo 1

Cuando una persona con diabetes tipo 1 (T1D) se enferma, la glucosa (o azúcar) en la sangre puede aumentar drásticamente. Esto puede hacer que la sangre se vuelva ácida y provocar cetoacidosis diabética (o CAD), una condición peligrosa y potencialmente mortal que requiere atención médica inmediata.

El Comité Asesor de Padres y Pacientes de T1D Exchange Quality Improvement Collaborative (T1DX-QI) y los médicos han creado esta guía de manejo de días de enfermedad para personas que viven con diabetes tipo 1 para controlar su nivel de glucosa en sangre cuando están enfermos y proporcionar consejos para prevenir la CAD.

Qué hacer si está enfermo:

1. Revise su nivel de glucosa en sangre cada 2 a 4 horas.
2. Verifique su cetonas usando un medidor de cetonas o tiras de cetonas en la orina.
3. Beba muchos líquidos, como agua, bebida deportiva o caldo (dietético o regular dependiendo en los niveles de glucosa en la sangre).
4. Nunca deje de administrarse insulina por completo. De hecho, es posible que necesite más insulina cuando esté enfermo. Póngase en contacto con su equipo de atención médica para obtener orientación sobre si, cuándo y cómo ajustar sus dosis de insulina
5. Vomitar con cetonas pueden ser un síntoma de cetoacidosis diabética, lo que significa que es posible que necesite más insulina.

(Nota: algunos proveedores recetarán medicamentos contra las náuseas (Ondansetrón) para reducir los vómitos y náuseas. Sin embargo, debido a que este medicamento puede enmascarar los síntomas de la CAD, consulte con su proveedor de atención médica sobre lo que es adecuado para usted).

6. Comuníquese con su equipo de atención médica si:
 - a. Vomita (suponga que es DKA)
 - b. Tiene cetonas moderadas o grandes
 - c. Tiene cualquier síntoma de CAD (enumerados a continuación)
 - d. Para cualquier punto que tengas inquietudes
7. Si no puede comunicarse rápidamente con su equipo de atención médica
 - a. Si tiene síntomas de CAD, vaya al centro de atención de emergencia más cercano.
 - b. Póngase en contacto con un amigo o familiar para obtener ayuda



SEÑALES Y SÍNTOMAS DE CAD

- incapacidad para beber líquidos u orinar
- glucosa en sangre por encima de 240/250 mg/dL
- boca muy seca/sed excesiva
- aliento con olor a “fruta”
- náuseas y/o vómitos
- dolor en el estómago
- respiración rápida y/o profunda

CAD - Diabetes Cetoacidosis se desarrolla cuando su cuerpo no tiene suficiente insulina para permitir que el azúcar en la sangre entre en su células para usar como energía.

Qué hacer con anticipación:

1. Hable con su proveedor de atención médica durante su próxima cita sobre un plan para días de enfermedad
2. Tenga listos los suministros para tratar el nivel bajo de glucosa en la sangre (hipoglucemia)
 - a. Para la hipoglucemia leve, consuma carbohidratos de acción rápida (por ejemplo, jugo, bebidas deportivas con azúcar o dulces como tabletas de glucosa, miel o bocadillos de frutas)
 - b. Para la hipoglucemia grave, tenga disponible glucagón (inyectable y/o nasal) y sepa cómo y cuándo administrarlo. Determine si las inyecciones pequeñas de glucagón pueden ser útiles para usted (hable sobre esto con su equipo de atención médica)
3. Mantenga cerca una lista actualizada de números de contacto de emergencia
 - a. Amigos/familiares que pueden ayudar
 - b. Consultorio médico y número de guardia del consultorio médico
 - c. Dirección de la calle de su centro de atención de 24 horas y/o equipo de emergencia más cercano
4. Marque una aplicación o un sitio web de buena reputación en línea para días de enfermedad. Aquí hay una buena opción: <https://www.umpedsdiabetes.com/sick-day-guide>

Citas de la guía de días de enfermedad:

- <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/pedi.13415>
Phelan H, Hanas R, Hofer SE, James S, Landry A, Lee W, et al. Sick day management in children and adolescents with diabetes. *Pediatric Diabetes*. 2022;23(7):912-25.
- <https://diabetesonthenet.com/wp-content/uploads/pdf/dotn024ae8fb1b78500b7bc752b98e9b6d92.pdf>
Down, Su. "How to advise on sick day rules." *Diabetes Prim Care* 22 (2020): 47-48.
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30079506/>
Laffel LM, Limbert C, Phelan H, Virmani A, Wood J, Hofer SE. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2018: Sick day management in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes*. 2018 Oct;19 Suppl 27:193-204. doi: 10.1111/pedi.12741. PMID: 30079506



Este plan de manejo de días de enfermedad no debe reemplazar la necesidad de comuníquese con su equipo de diabetes. En caso de emergencia llame al 911.

Acknowledgments:

Thank you to T1D Exchange's Quality Improvement Patient Parent Advisory Committee and our network of clinics for contributing to this resource.

