

Hipoglucemia



mayoclinic.org/enfermedades-condiciones/hipoglucemia/sintomas-causas/sic-20373685

Resumen

La hipoglucemia es una afección en la que el nivel de azúcar (glucosa) en sangre es inferior al intervalo estándar. La glucosa es la principal fuente de energía del organismo.

La hipoglucemia suele estar relacionada con el tratamiento de la diabetes. Sin embargo, otros fármacos y diversas afecciones -muchas de ellas poco frecuentes- pueden provocar niveles bajos de azúcar en sangre en personas que no padecen diabetes.

La hipoglucemia requiere un tratamiento inmediato. Para muchas personas, una glucemia en ayunas de 70 miligramos por decilitro (mg/dL), o 3,9 milimoles por litro (mmol/L), o inferior, debería servir como alerta de hipoglucemia. Pero sus cifras pueden ser diferentes. Consulte a su médico.

El tratamiento consiste en recuperar rápidamente el nivel de azúcar en sangre dentro de los límites normales, ya sea con alimentos o bebidas ricos en azúcar o con medicación. El tratamiento a largo plazo requiere identificar y tratar la causa de la hipoglucemia.

Síntomas

Si los niveles de azúcar en sangre bajan demasiado, los signos y síntomas de la hipoglucemia pueden incluir:

- Palidez
- Temblor
- Sudoración
- Dolor de cabeza
- Hambre o náuseas
- Latidos irregulares o rápidos
- Fatiga
- Irritabilidad o ansiedad
- Dificultad para concentrarse
- Mareos o aturdimiento
- Hormigueo o entumecimiento de los labios, la lengua o las mejillas

A medida que la hipoglucemia empeora, los signos y síntomas pueden incluir:

- Confusión, comportamiento inusual o ambos, como la incapacidad para realizar tareas rutinarias
- Pérdida de coordinación
- Dificultad para hablar
- Visión borrosa o en túnel

- Pesadillas, si está dormido La

hipoglucemia grave puede causar:

- Falta de respuesta (pérdida de conciencia)
- Convulsiones

Cuándo acudir al médico

Busque ayuda médica inmediatamente si:

- Tiene lo que podrían ser síntomas de hipoglucemia y no tiene diabetes
- Tiene diabetes y la hipoglucemia no responde al tratamiento, como beber zumo o refrescos normales (no dietéticos), comer dulces o tomar comprimidos de glucosa.

Busque ayuda de urgencia para alguien con diabetes o antecedentes de hipoglucemia que presente síntomas de hipoglucemia grave o pierda el conocimiento.

Causas

La hipoglucemia se produce cuando el nivel de azúcar (glucosa) en sangre desciende demasiado para que las funciones corporales puedan continuar. Esto puede ocurrir por varias razones. La causa más frecuente de es un efecto secundario de los medicamentos utilizados para tratar la diabetes.

Regulación del azúcar en sangre

Cuando come, su cuerpo descompone los alimentos en glucosa. La glucosa, principal fuente de energía del organismo, entra en las células con la ayuda de la insulina, una hormona producida por el páncreas. La insulina permite que la glucosa entre en las células y les proporcione el combustible que necesitan. La glucosa sobrante se almacena en el hígado y los músculos en forma de glucógeno.

Cuando lleve varias horas sin comer y su nivel de azúcar en sangre descienda, dejará de producir insulina. Otra hormona del páncreas, el glucagón, indica al hígado que descomponga el glucógeno almacenado y libere glucosa en el torrente sanguíneo. Esto mantiene el nivel de azúcar en sangre dentro de unos límites estándar hasta que vuelves a comer.

El cuerpo también puede producir glucosa. Este proceso tiene lugar principalmente en el hígado, pero también en los riñones. Con el ayuno prolongado, el cuerpo puede descomponer las reservas de grasa y utilizar los productos de la descomposición de la grasa como combustible alternativo.

Posibles causas, con diabetes

Si tienes diabetes, puede que no produzcas insulina (diabetes de tipo 1) o que respondas menos a ella (diabetes de tipo 2). Como consecuencia, la glucosa se acumula en el torrente sanguíneo y puede alcanzar niveles peligrosamente altos. Para corregir este problema, puede que tome insulina u otros

medicamentos para reducir los niveles de azúcar en sangre.

Pero un exceso de insulina o de otros medicamentos para la diabetes puede hacer que el nivel de azúcar en sangre baje demasiado, provocando una hipoglucemia. La hipoglucemia también puede producirse si come menos de lo habitual después de tomar su dosis regular de medicación para la diabetes, o si hace más ejercicio del habitual.

Hipoglucemia después de las comidas

La hipoglucemia suele producirse cuando no ha comido, pero no siempre. A veces, los síntomas de hipoglucemia aparecen después de ciertas comidas, pero no se sabe exactamente por qué ocurre.

Este tipo de hipoglucemia, llamada hipoglucemia reactiva o hipoglucemia postprandial, puede ocurrir en personas que han tenido cirugías que interfieren con la función habitual del estómago. La cirugía más comúnmente asociada a este trastorno es el bypass gástrico, pero también puede ocurrir en personas que se han sometido a otras cirugías.

Complicaciones

La hipoglucemia no tratada puede provocar:

- Convulsiones
- Coma
- Muerte

La hipoglucemia también puede causar:

- Caídas
- Lesiones
- Accidentes de tráfico
- Mayor riesgo de demencia en adultos mayores

Desconocimiento de la hipoglucemia

Con el tiempo, los episodios repetidos de hipoglucemia pueden provocar una falta de conciencia de la hipoglucemia. El cuerpo y el cerebro dejan de producir signos y síntomas que advierten de un nivel bajo de azúcar en sangre, como temblores o latidos irregulares del corazón (palpitaciones). Cuando esto ocurre, aumenta el riesgo de hipoglucemia grave y potencialmente mortal.

Si padece diabetes, episodios recurrentes de hipoglucemia y desconocimiento de la hipoglucemia, su médico podría modificar su tratamiento, aumentar sus objetivos de nivel de azúcar en sangre y recomendarle formación sobre el conocimiento de la glucemia.

Diabetes insuficientemente tratada

Si padece diabetes, los episodios de hipoglucemia son incómodos y pueden asustarle.
El miedo a la hipoglucemia puede hacer que tome menos insulina para asegurarse de que su nivel de azúcar en sangre no baja demasiado. Esto puede provocar una diabetes descontrolada. Hable con su médico
No cambie la dosis de su medicación para la diabetes sin consultarlo antes con su médico.

Prevención

Si tiene diabetes

Siga el plan de control de la diabetes que usted y su proveedor de atención sanitaria hayan elaborado. Si va a tomar nuevos medicamentos, cambiar sus horarios de comida o medicación, o hacer ejercicio, hable con su médico sobre cómo estos cambios pueden afectar al control de su diabetes y al riesgo de bajada de azúcar.

Conozca los signos y síntomas que se experimentan con un nivel bajo de azúcar en sangre. Esto puede ayudarle a identificar y tratar la hipoglucemia antes de que baje demasiado. Comprobar con frecuencia el nivel de azúcar en sangre le permitirá saber cuándo está bajando.

Asegúrese de llevar siempre consigo un hidrato de carbono de acción rápida, como zumo, caramelos o comprimidos de glucosa, para poder tratar una bajada de azúcar antes de que sea peligrosa.

[Por el personal de Mayo](#)
[Clinic](#) 18 de noviembre de
2023