

PREVENIR LA CAD

ENTENDIENDO LA CETOACIDOSIS DIABÉTICA (CAD)

Si su cuerpo produce demasiadas cetonas puede causar la cetoacidosis diabética o CAD.

¡La CAD es una emergencia médica! Significa que usted requiere tratamiento de su equipo de diabetes o de un médico en un departamento de emergencia.

Los síntomas comunes de la CAD son:

- Dolor de cabeza
- Náuseas
- Sed extrema
- Orina excesiva
- Vómitos
- Dolor estomacal
- Respiración rápida y superficial
- Sentirse adormilado
- Falta de coordinación
- Tener dificultad para pensar
- Coma

El dolor de cabeza y las náuseas son los síntomas más comunes. El coma es poco común.

¿QUÉ SON LAS CETONAS?

Las cetonas provienen de la descomposición de la grasa en el cuerpo. Cuando las personas están a dieta producen cetonas y quieren producirlas. Esto es debido a que están bajando de peso.

Pero el cuerpo tiene un equilibrio muy fino entre descomponer un poco de grasa y demasiada grasa. La insulina mantiene este equilibrio en punto.

Si usted no tiene suficiente insulina en el cuerpo, demasiadas células de grasa empiezan a descomponerse de forma demasiado rápida. Esto significa que su cuerpo está produciendo demasiadas cetonas. Las cetonas son un tipo de ácido. Hacen difícil que su cuerpo funcione de forma normal.

¿Las pruebas de cetonas pueden ayudar?

Sí. Para prevenir la cetoacidosis diabética (CAD) es importante hacerse la prueba de cetonas. Siempre debe tener tiras reactivas de cetonas en la casa o con usted cuando viaje. Usted mismo puede hacerse la prueba. La prueba ayuda porque le permite saber si tiene la CAD



Hacerse la prueba de cetonas ayuda porque le deja saber si la CAD está ocurriendo.

LA PRUEBA DE CETONAS

¿Cuándo debo hacerme la prueba de cetonas?

Usted debe hacerse la prueba de cetonas si tiene alguno de los síntomas mencionados anteriormente y si su nivel de azúcar en la sangre es alto. Puede haber cetonas aun si su nivel de azúcar en la sangre no está alto. Por eso también debe hacerse la prueba si se siente enferma.

¿Cómo me hago la prueba de cetonas?

Puede hacerse la prueba de cetonas con orina (pipí) o tiras de análisis de sangre. Pregúntele a su equipo de diabetes cuál es mejor para usted. La mayoría de las personas usan la orina para la prueba de cetonas.

Comprobar las cetonas en la orina es fácil y barato. Usted puede comprar tiras de cetona en la farmacia. Usted no requiere una receta.

Para hacer la prueba de cetonas:

1. Recoge un poco de su orina en un frasco.



2. Moje el extremo de la tira de cetona en la orina.



3. Lea los resultados basándose en las instrucciones indicadas sobre la botella de tiras de cetona.



Los resultados de cetonas en las tiras de prueba son “rastros (trace en inglés),” “pequeño (small en inglés),” “mediano (medium en inglés),” o “grande (large en inglés).” Diferentes pruebas tienen diferentes escalas.



¿Qué debo hacer si la prueba de cetonas muestra que tengo más que “rastros”?

Si sus cetonas son más que “rastros (trace en inglés),” debe informarle a su equipo de diabetes para que pueda obtener ayuda.

Si usted tiene vómitos, sin poder retener líquidos en su estómago, debe ir a la sala de emergencia (ER en inglés) de inmediato.

En general, si usted puede beber líquidos, su médico le indicará insulina, líquidos y a lo mejor azúcar. Su médico le ayudará a corregir la situación en su hogar. Aun así, es muy importante que hable con alguien de su equipo de diabetes para tomar la mejor decisión acerca de qué debes hacer. La mayoría de las clínicas tienen un médico de turno disponible después de que haya cerrado el centro, así que puede llamar a cualquier hora. Cuando esté en duda, vaya directo a la sala de emergencia (ER en inglés).

En la mayoría de los casos, se sentirá mucho mejor una vez que haya recibido algunos líquidos e insulina en su cuerpo. También, a menudo hay una causa de por qué la CAD sucedió en primer lugar, como el estar enfermo. Se debe tratar esa otra causa también.



Yo tuve la CAD.
¿Pude haberlo evitado?

¿CÓMO PUEDO PREVENIR LA CAD?

Casi siempre hay señales de advertencia para la CAD. Casi siempre puede prevenir la CAD si usted está atento y actúa pronto al ver las señales de advertencia.

Usted casi siempre podrá prevenir la CAD al:

- Revisar su nivel de azúcar en la sangre de 4 a 6 veces al día.
- Revisar su nivel de azúcar con mayor frecuencia cuando está enfermo.
- Reconocer y responder a los niveles altos del azúcar y otras señales de advertencia de inmediato.

Reconozca la señal de advertencia principal y los síntomas de la CAD que son:

- Nivel alto de azúcar en la sangre (más alto de lo normal para usted)
- Náuseas y vómitos
- Dolor de cabeza

Responda:

- Hacerse la prueba de cetonas para averiguar si hay CAD.
- Llamar a su médico si el resultado de su prueba es positivo, o más que “rastros (trace en inglés)”.
- Ir a la sala de emergencia (ER en inglés) si tiene vómitos y no logra retener los líquidos en el estómago.