



## Generalidades mitos y verdades del Coma Diabetico

Medicina, 17/01/2015



Existen varios mitos en relación al coma diabético. Las creencias populares acerca de esta peligrosa complicación te pueden hacer pensar

que solamente las personas que tienen niveles de azúcar elevados en la sangre pueden estar en riesgo. Esto no es cierto. Acompáñanos y aprende más sobre el coma diabético e identifica situaciones de alerta para actuar de forma adecuada. La persona con diabetes sufre una alteración de la conciencia debido a que el nivel de glucosa en su sangre es anormal y les puede causar la muerte.

### **Mito 1: El coma diabético sólo afecta a los pacientes con niveles de azúcar elevados en la sangre**

**AMRO: Falso.** Habitualmente el coma diabético se asocia con las personas diabéticas que tienen el azúcar elevado en la sangre. Lo que muchas veces se desconoce es que un estado de coma también puede afectar a los hipoglicémicos, es decir a aquellas personas que tienen un nivel de azúcar en la sangre bajo causado por los tumores del páncreas que producen insulina o la insuficiencia de las glándulas suprarrenales, entre otros. Estos últimos no son diabéticos.

### **Mito 2: El coma diabético no es tan grave como lo pintan**

**AMRO: Falso.** Un coma diabético es una complicación muy peligrosa; es una emergencia médica que requiere tratamiento de inmediato. ¿Por qué es tan importante actuar rápidamente? Básicamente por que esta complicación causa inconciencia.

Las personas en coma diabético difícilmente pueden reaccionar a los estímulos visuales o auditivos. Pero no sólo esto es importante. El coma diabético puede ser mortal. Frecuentemente si tú conoces los señales de alerta puedes prevenir y controlar una posible situación de coma diabético.

### **Mito 3: Un coma diabético es inminente; no existe ningún tipo de síntoma que permita tomar acciones a tiempo.**

**AMRO: Falso.** Existe una gran variedad de síntomas que te pueden ayudar a tomar las acciones necesarias para saber cómo

prevenir un coma diabético. Los síntomas no son los mismos para los diabéticos con hiperglicemia (azúcar elevada) que para los que tienen hipoglicemia (azúcar baja). Cuando sube el azúcar puede aumentar la sed, así como la frecuencia para ir a orinar, lo que puede causar deshidratación. En estos casos la persona también pueden sentir náuseas, vómito, cansancio, dolor de estómago y un aliento con olor a frutas.

Por su parte, cuando se tiene una disminución significativa en los niveles de azúcar, los hipoglicémicos tienden a sentirse nerviosos, cansados, irritables, hostiles y hasta agresivos. También, pueden notar temblor, sudoración y cambios en el ritmo de los latidos del corazón. Muchos pacientes dicen que sienten mucha hambre.

En etapas avanzadas tanto los hiperglicémicos como los hipoglicémicos pueden desarrollar confusión y/o convulsiones.

**Mito 4: La falta del control del azúcar por una mala dieta es el único factor de riesgo que puede llevar a un coma diabético hiperglucémico.**

**AMRO: Falso.** El coma diabético puede deberse a varias causas. Una úlcera que sangra, algunas medicinas como los diuréticos que hacen que se pierda líquido, el uso de esteroides, son otras de las causas que pueden precipitar un coma diabético.

También debes estar atento a situaciones como el haber tenido algún tipo de infección, insuficiencia (falla) de los riñones, e inclusive hasta un infarto cardíaco.

**Mito 5: El coma diabético no está relacionado con el consumo de alcohol, únicamente con el consumo de azúcar**

**AMRO: Falso.** Existen dos factores importantes que deben considerarse principalmente en el caso del coma hipoglicémico. Si bien es cierto, para los hipoglicémicos que el coma puede ser causado por el exceso de insulina o por la falta de alimento, las situaciones como el consumo de alcohol, e inclusive el hacer mucho ejercicio pueden producir los mismos resultados.

**Mito 6 Un coma diabético no puede prevenirse.**

**AMRO: Falso.** Lo ideal es prevenir el coma diabético. Tú puedes encontrar alternativas que te ayuden a controlar el desarrollo de un coma diabético, en la mayoría de los casos.

Revisa tus niveles de azúcar en la sangre con regularidad. Cuando te sientas mal debes tener aún más cuidado. Revisa los niveles de azúcar en tu sangre regularmente de acuerdo con las indicaciones que te da tu médico. Un coma diabético también puede prevenirse con la dieta adecuada, comiendo en los horarios correctos, y tomando los medicamentos y/o aplicándote insulina, si es necesaria. El aprender a controlar y manejar el estrés también ayuda notablemente.

Ahora que ya sabes que muchos de los mitos que rondan alrededor del coma diabético son falsos, te invitamos a estar muy atento a tus niveles de azúcar, a llevar una dieta sana y a seguir las indicaciones de tu médico. Si tienes síntomas, no lo pienses dos veces, busca ayuda lo antes posible. Ya que si eres diabético o padeces de hipoglicemia puedes estar en riesgo. Prepárate y prepara a las personas que viven contigo para que sepan reaccionar llevándote al hospital de inmediato.

