

Lo que Necesitas Saber Sobre la Hipoglucemia (Nivel Bajo de Azúcar en la Sangre)

La **hipoglucemia**, también conocida como nivel bajo de azúcar en la sangre, ocurre cuando el **nivel de azúcar en la sangre de un niño o adolescente cae por debajo de 70** y puede llegar a ser **peligrosamente bajo muy rápido**. Es imperativo tomar medidas inmediatas para subir los niveles bajos de azúcar en la sangre a un rango seguro.

El nivel bajo de azúcar en la sangre puede ser causado por diferentes factores, incluyendo algunos fuera de mi control. Estas son algunas de las razones más frecuentes por las que mi nivel de azúcar en la sangre puede bajar:



Tomar demasiada insulina para lo que como/bebo



Esperar demasiado para comer después de tomar insulina



Actividad física

Si mi nivel de azúcar en la sangre cae por debajo de 70, estos son algunos de los síntomas que puedo tener

Sudoración Temblores Mareo

Poca coordinación Visión borrosa Dificultad para concentrarme

Ansiedad Irritabilidad Hambre

Náuseas Comportamiento errático

Necesito revisar mi nivel de azúcar en la sangre y tomar medidas inmediatas para aumentarlo:

Comer/beber **15 gramos** de carbohidratos de acción rápida como:

3 o 4 tabletas de glucosa o un paquete de gel de glucosa

O bien, **4 onzas** de jugo o un **pequeño** paquete de bocadillos de frutas

o 4 onzas de soda regular

Descansar y revisar mi nivel de azúcar en sangre después de 15 minutos

Si tengo un ataque o pierdo el conocimiento, necesito TU ayuda de inmediato!

MANTEN LA CALMA

Debo tomar una dosis de glucagón y quedarte a mi lado

+

Llama al 911 y quedate conmigo hasta que lleguen

Llama a mis padres o cuidador

Cada donación nos lleva un paso más cerca de una cura para la diabetes tipo 1. Descubra cómo puede apoyar a JDRF y hacer la diferencia en la vida de las personas con T1D visitando jdrf.org/donate.

También puede seguirnos en:

[facebook.com/myjdrf](https://www.facebook.com/myjdrf)

[@JDRF](https://twitter.com/JDRF)

[@JDRFHQ](https://www.instagram.com/JDRFHQ)

[youtube.com/user/jdrfonline](https://www.youtube.com/user/jdrfonline)