

La Asociación Ceutí de Diabetes recomienda mediciones periódicas de glucosa en caso de DM2

Los pacientes con diabetes tipo 1, exentos de cumplir con el ayuno del Ramadán

Publicado el 17 de julio de 2013 a las 12:00 por [Somos Pacientes](#)



La [Asociación Ceutí de Diabetes](#) (ACD) ha recordado a la población **musulmana** afectada por la diabetes **tipo 1** que no tienen por qué cumplir con el **ayuno del Ramadán**. Una situación distinta es la de los pacientes con diabetes tipo 2, para los que "guardar ayuno dependerá del momento de la **enfermedad** en que se encuentren, dado que el tratamiento será distinto".

En palabras de Menana Hossain, presidenta de la ACD, "es recomendable que el paciente realice

controles de glucemia antes de romper el ayuno y **dos horas después** de comer, una operación, asimismo, que debe repetirse después de la **última comida de la noche**".

Exámenes periódicos de la glucosa

Por su parte, y por lo que respecta al **período diurno**, "es aconsejable someterse a un examen a **media mañana** y a **media tarde** –explica Hossain–, y si las cifras de glucosa están por debajo de 60 mg/dL, hay que comer por **riesgo de hipoglucemia**; Igualmente, también si están por encima de 300 mg/dL, pero por la amenaza de **hiperglucemia**".

En todo caso, la ADC considera fundamental que los pacientes **eviten** los alimentos ricos en **carbohidratos de absorción rápida** –caso, entre otros, de los batidos, los zumos y la miel– y reduzcan el consumo de **frituras**. Por el contrario, la Asociación recomienda la ingesta de agua y fruta, y "en la última comida de la noche, tomar pan integral, yogur, queso o fruta, que permitirán **conservar energía** para el resto del día".

En este contexto, la compañía farmacéutica [MSD](#) ha presentado recientemente '[Las realidades del ayuno durante el Ramadán](#)', documento basado en las recomendaciones de la [Asociación Americana de Diabetes](#) (ADA) y avalado por la [Federación de Diabéticos Españoles](#) (FEDE), miembro de **Somos Pacientes**, que, por segundo año consecutivo, tiene por objeto informar a la **población musulmana con diabetes** sobre las complicaciones que se pueden producir como consecuencia del ayuno en el mes del Ramadán –entre el 9 de julio y el 8 de agosto.

- **A día de hoy, [84 asociaciones de pacientes dedicadas a la diabetes](#) son ya miembros activos de Somos Pacientes. ¿Y la tuya?**