

# La Plana organiza actividades educativas para los pacientes diabéticos

Los especialistas del centro sanitario insisten en la dieta y el ejercicio para que los enfermos puedan llegar a controlar esta enfermedad

VILA-REAL.— La Unidad de Diabetes del Hospital de La Plana realiza actividades educativas dirigidas a pacientes del área de cobertura del centro sanitario.

La educación en diabetes es fundamental «si el paciente quiere llegar a controlar la patología y ser, por tanto, autosuficiente» según ha manifestado María Teresa Mari, enfermera educadora en diabetes del Hospital de La Plana.

«Lo importante es que la propia persona, siempre bajo control sanitario, sea el gestor de su enfermedad». De este modo, el paciente adapta la diabetes a su vida y puede llevar una actividad diaria semejante a la de quien no presenta esta patología. La dieta y el ejercicio facilitan el control de los niveles de azúcar e incluso disminuyen la dosis necesaria de insulina.

Las actividades educativas van dirigidas a pacientes con diabetes mellitus tipo 1 (que aparece sobre todo en población joven y se origina como consecuencia de que el páncreas no genera insulina, una hormona cuya función principal es permitir que la glucosa entre en las células del organismo y se transforme en energía); diabetes gestacionales (como consecuencia del embarazo) y diabetes mellitus tipo 2 (más frecuente en los adultos sobre todo obesos, es una patología por la cual la insulina del organismo no funciona bien y la glucosa se acumula en la sangre) con complicaciones que son derivados por los centros de salud de la zona.

La hiperglucemia es una de las causas más frecuentes de atención en urgencias al paciente diabético.

La hiperglucemia es una elevación excesiva de la glucosa del organismo causada por una enfermedad añadida a la diabetes - fundamentalmente infecciones víricas - o por una dosis demasiado baja de insulina. Esta situación de descompensación, que puede llevar al coma diabético por cetoacidosis, es una de las causas más frecuentes de la atención en urgencias del paciente diabético.

## inyección de insulina

El control de una hiperglucemia o subida de azúcar se realizará «sin suprimir nunca la inyección de insulina ni disminuir la dosis notablemente salvo si tiene instrucciones del médico», según afirma la enfermera educadora en diabetes del Hospital de La Plana, quien ha señalado además que «debe desterrarse la falsa creencia de que si no se come no se necesita insulina».

Asimismo, las infecciones, sobre todo si aparece la fiebre, aumentan la necesidad de insulina en aproximadamente un 10% más de dosis por cada grado de temperatura que sobrepase la normal. Por ello, una enfermedad vírica como puede ser la gripe, que provoca en el paciente con diabetes una hiperglucemia o subida de la glucosa en el organismo, deberá regularse «siempre mediante dosis de insulina necesaria», explica la enfermera educadora.