

17/07/2013

## 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 **periodo 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?