



ENDOCRINOLOGÍA



Dispositivo de control de la glucosa.

Optimizar la terapia de la diabetes

REDACCIÓN

Es frecuente que en verano se alteren los hábitos alimentarios.

Ello es especialmente importante en la población diabética que debe ajustar su alimentación a unas pautas médicas con el fin de evitar un descontrol metabólico de la diabetes. En el caso de los diabéticos tipo 1 es frecuente que calculen mal los bolos de insulina que deben administrarse diariamente en las comidas. Éstos deben ajustarse de acuerdo con la glucemia previa a la comida, a los hidratos de carbono que se van a ingerir, la sensibilidad a la insulina de cada persona, así como otros factores como es la práctica de ejercicio físico.

El uso de un calculador de bolos puede aliviar los temores e inconvenientes asociados al tratamiento de la diabetes tipo 1, aportando a los pacientes —especialmente si son niños— una mayor flexibilidad en su estilo de vida. Este calculador permite medir la glucemia, obtener una recomendación de la dosis de insulina y analizar los datos memorizados. Así lo destacan desde Roche Diagnostics, empresa que desarrolla y comercializa estos calculadores para optimización de la terapia en la diabetes tipo 1. Controlar el nivel de azúcar en sangre es muy importante para mantener a raya la diabetes. Analizarlo ayuda a medir la eficacia del plan de comidas, la actividad física y la medicación.

Estos cambios en la rutina diaria, no sólo alimentarios, son habituales en los meses de verano, especialmente en los días de vacaciones, en los que nos desplazamos a un entorno que no es el habitual. Algo que puede suponer un pequeño trastorno para enfermos crónicos, por ejemplo aquellos que padecen diabetes y donde el control de la enfermedad debe cuidarse. El cambio en los horarios de la rutina diaria, en la acti-

Los cambios en la rutina diaria son habituales en los meses de verano

vidad física en cuanto al momento del día de realizarla y en la alimentación, así como los viajes conllevan que las personas con diabetes descuiden una serie de pautas que se siguen durante el resto del año, lo que puede tener como consecuencia un mal control de la enfermedad. Sin embargo, los médicos también insisten en que esta patología en concreto no tiene por qué suponer un inconveniente a la hora de disfrutar de las actividades habituales del verano como viajar, ir a la playa, pasear o practicar deporte al aire libre. Eso sí, hay que tener una serie de precauciones y, aunque se puedan modificar ligeramente, es importante no abandonar las pautas del tratamiento seguidas durante el año para que la época estival finalice con un buen control de la enfermedad. A ello pueden ayudar decisivamente los dispositivos que controlan la enfermedad.