



¿Por qué cuesta más controlar la diabetes en verano?

La Federación de Diabéticos Españoles ha alertado a las personas diabéticas de la necesidad de que en verano sigan las pautas correctas para controlar su glucosa, ya que el calor influye en la absorción de la insulina (los vasos sanguíneos se dilatan, se absorbe más insulina y se puede producir una hipoglucemia). Además, las **altas temperaturas pueden dañar los medicamentos que se usan para controlarla**. Intensificar los autoexámenes de glucosa y proteger los medicamentos de la luz del sol y del calor excesivo es esencial para prevenir que esto ocurra. También es recomendable beber más agua en esta época porque cuando los niveles de azúcar suben por encima de lo normal se suele orinar más y eso, junto al aumento de sudor por el calor, favorece la deshidratación.

