

La Fundación para la Diabetes recuerda las pautas para que los niños con bombas de insulina puedan disfrutar del verano de forma segura

- Gracias a las bombas de insulina se hace más sencillo el manejo de la diabetes cuando se realizan viajes, se mantienen horarios de comida irregulares o se producen cambios de huso horario, ya que aporta flexibilidad y los ajustes se pueden hacer de manera rápida
- Es importante prever con antelación la mejor estrategia de administración de insulina, si se tienen previstas desconexiones del dispositivo, y comentarla con los profesionales médicos antes del comienzo del viaje

Madrid, 18 de agosto de 2016.- Durante los últimos años las bombas de insulina se han convertido en el aliado perfecto para tener bajo control los índices de glucemia en los niños con diabetes, ya que administran la insulina de manera continuada, reduciendo el riesgo de hipoglucemias y mejorando la calidad de vida tanto del niño o el adolescente como de su familia.

En la época estival son muchos los padres a los que les surgen dudas sobre el uso del dispositivo mientras el niño con diabetes está en la playa o tiene que viajar a otros países con diferentes horarios y estilos de vida.

“Gracias a las bombas de insulina se hace más sencillo el manejo de la diabetes cuando se realizan viajes, se mantienen horarios de comida irregulares o se producen cambios de huso horario, ya que aporta flexibilidad y los ajustes se pueden hacer de manera rápida”, explica el **Dr. Roque Cardona Hernández**, Asesor en Diabetes Pediátrica de la Fundación para la Diabetes y Endocrinólogo Pediátrico en el Hospital Sant Joan de Déu, en Barcelona. “Hay que tener en cuenta que la evidencia científica que existe al respecto aún es poca debido a la novedad de esta tecnología, por lo que los profesionales nos basamos en las experiencias de nuestros pacientes. En este sentido es muy importante que conozcamos muy bien cómo es la diabetes de nuestros hijos para que podamos decidir qué es lo más beneficioso para ellos”.

Por este motivo, el Asesor en Diabetes Pediátrica de la Fundación para la Diabetes ha elaborado una serie de pautas para resolver estas dudas y hacer más sencillo el uso de las bombas de insulina en este mes de vacaciones antes de que se reinicien las clases, para que tener diabetes no suponga una barrera para disfrutar de unos días de descanso.

- **Preparación del viaje:** Preparar suficiente material y repartirlo entre el equipaje que se factura y el de mano, por si alguno de ellos se extravía. Se debe dedicar un espacio extra en la maleta para catéteres y reservorios, debido a su considerable tamaño. Por su parte, la insulina y el glucagón deben ir en el equipaje de mano.

- **Viajes en avión:** Es aconsejable tener a mano un informe de profesionales sanitarios en el que conste el diagnóstico de diabetes y el tratamiento que se utiliza, de esta forma no se tendrán problemas en los controles aeroportuarios. No hace falta que tampoco quitarse la bomba de insulina para pasar por el detector de metales, la mayor parte del personal de seguridad ya suele estar concienciado con este tipo de dispositivos.
- **Cambio de huso horario:** Se recomienda realizar ajustes en la basal cuando el viaje implique más de 4 horas de diferencia horaria. “De todas formas, existen diferentes estrategias dependiendo de cada niño, del tipo de viaje, así como de la experiencia y la seguridad que tenga cada persona”, comenta el Dr. Roque Cardona.

En este sentido, si los ritmos basales y los ratios insulina/carbohidrato son similares a lo largo de todo el día, es aconsejable cambiar la hora de la bomba de insulina al llegar al destino. Si por el contrario existen distintos ritmos basales o ratios insulina/carbohidrato, otra posibilidad es cambiar la hora de la bomba gradualmente desde 4 horas antes de la salida del avión y durante el vuelo hasta hacerla coincidir con la hora del destino en el momento de la llegada.

“Por otro lado, si la diferencia horaria es importante, la sugerencia es cambiar la hora de la bomba de insulina gradualmente desde varios días antes de realizar el viaje y concluyendo el ajuste varios días después de la llegada”, explica el asesor de la Fundación para la Diabetes.

- **Desconexiones durante actividades acuáticas:** Aunque la mayoría de los modelos de bomba de insulina son resistentes al agua, se recomienda hacer una desconexión puntual cuando el niño tenga pensado bañarse en la playa o en la piscina para asegurarse de que el dispositivo no se deteriore.
- **Otras desconexiones:** Es importante prever con antelación la mejor estrategia de administración de insulina y comentarla con los profesionales médicos antes del comienzo del viaje. “Si la desconexión es inferior a 4 horas, se deberá suministrar insulina (análogos) de acción rápida mediante una pluma o jeringuilla para sustituir la infusión basal de insulina que tendría que entrar en ese momento con la bomba. Esto mismo también se puede hacer cuando las desconexiones son superiores a 4 horas, suministrando inyecciones de insulina de acción rápida repetidamente cada 3-4 horas”, explica el Asesor de la Fundación para la Diabetes. “También se puede utilizar insulina de acción intermedia, pero conviene ponerlo en práctica con cautela”. Otras personas prefieren cubrir el periodo sin bomba mediante insulina regular con una inyección dos horas antes de quitarse la bomba, aunque en este caso la desconexión no debería ser mayor a 4-6 horas”.

En el caso de que la desconexión de la bomba de insulina sea superior a 24 horas, las recomendaciones se centran en administrar un tipo de insulina basal una vez al día o repartida en dos dosis. “En cualquier caso, en estas desconexiones temporales conviene monitorizar la glucemia de forma frecuente, ya que las posibilidades de que aparezca una hiperglucemia aumentan”, recuerda el Dr. Cardona.

“Es importante subrayar que además de estas pautas para cubrir la infusión basal durante la desconexión de la bomba de insulina, es igualmente necesario administrar la insulina necesaria durante las comidas”, explica el Asesor de la Fundación para la Diabetes. “Además, teniendo en

cuenta que el catéter de la bomba permanecerá en muchos casos más de 2 horas sin insulina, existe un alto riesgo de que se obstruya y sea necesario cambiarlo por uno nuevo”.

- **Mantenimiento de la insulina:** Aunque la insulina que se utiliza en estos dispositivos resiste bien la temperatura exterior, es recomendable no exponer la bomba de insulina directamente al sol y guardarla en un lugar protegido cuando se realice una desconexión. En cuanto a su transporte, los botes y plumas de insulina pueden permanecer a temperatura ambiente hasta 28 días si ésta no supera los 24 grados, a partir de aquí es preferible el uso de neveras portátiles o una bolsa de frío, siempre que la insulina no esté en contacto directo con el hielo para evitar su congelación. Una vez que se haya llegado al destino vacacional, es preferible mantener los botes de insulina que no se utilicen en un frigorífico a una temperatura de entre 2 y 10 grados.

Acerca de la Fundación para la Diabetes

La Fundación para la Diabetes es una entidad que apuesta por un estilo de vida saludable y pone a disposición de la población las herramientas necesarias para prevenir la diabetes y sus complicaciones asociadas, así como para llevar un buen control de la diabetes. Actúa enérgicamente para crear una conciencia social y un amplio conocimiento de la enfermedad y trabaja por la integración de las personas con diabetes en todos los ámbitos de la vida.

La web de la Fundación para la Diabetes cuenta con un canal de prensa dirigido a periodistas interesados, donde podrán encontrar información y un completo archivo de recursos gráficos relacionados con la enfermedad.
<http://www.fundaciondiabetes.org/prensa>

Más información:

www.fundaciondiabetes.org

info@fundaciondiabetes.org

Tel. 91 360 16 40

Síguenos en:

Facebook: www.facebook.com/fundacionparaladiabetes

Twitter: [@fundiabetes](https://twitter.com/fundiabetes)

Contacto de prensa:

Torres y Carrera. Teresa del Pozo/ Ángela Rubio

tdelpozo@torresycarrera.com / arubio@torresycarrera.com

Tel. 91 590 14 37 / 661672019