

Hipoglucemia

La hipoglucemia (nivel bajo de azúcar en sangre) es un síntoma, no una enfermedad.

El cerebro y otros tejidos del cuerpo usan la **glucosa**, o azúcar, como combustible. La mayor parte de la glucosa que el cuerpo necesita se obtiene por medio de la alimentación. El hígado y los riñones pueden producir glucosa cuando es necesario. El exceso de glucosa se almacena como **glucógeno** (muchas moléculas de glucosa unidas) en el hígado y los músculos.

Informe a su médico si tiene episodios frecuentes o recurrentes de hipoglucemia, ya que esto puede indicar un problema de salud subyacente.

Cómo controla el cuerpo el azúcar en sangre

Un nivel normal de azúcar en sangre es de entre 70 y 110 mg/dl. Entre las comidas, el nivel de azúcar en sangre disminuye gradualmente. El cuerpo cuenta con varias formas para mantener el azúcar en sangre dentro de un rango normal.

- Primero, disminuye la cantidad de **insulina** liberada por el páncreas. La insulina es una hormona que ayuda a los tejidos del cuerpo a absorber la glucosa de la sangre. Cuando disminuye la cantidad de insulina en sangre, la glucosa permanece en la sangre en vez de ingresar en los tejidos para ser usada como combustible.
- Si sigue disminuyendo el azúcar en sangre, aumenta la cantidad de glucagón liberado por el páncreas. El **glucagón** es una hormona que le indica al hígado que debe descomponer el glucógeno. La glucosa ingresa al torrente sanguíneo, lo que aumenta el nivel de azúcar en sangre.
- Otra hormona, la **epinefrina**, también le indica al hígado que descomponga el glucógeno. La epinefrina también indica al hígado y los riñones que aumenten la cantidad de glucosa que producen.
- Si disminuye aún más el azúcar en sangre, otras moléculas de señalización hacen que usted sienta hambre. Los azúcares y los carbohidratos de los alimentos que consume favorecen el aumento del nivel de azúcar en sangre.

Síntomas de hipoglucemia

Cuando las personas tienen un nivel bajo de azúcar en sangre, se sienten ansiosas, irritables, confundidas, cansadas, temblorosas o con hambre. También pueden tener **palpitaciones** (latidos cardíacos rápidos, fuertes y/o irregulares) o temblores. La sudoración es frecuente durante los períodos de hipoglucemia. Las convulsiones y la pérdida del conocimiento son raras. Si la hipoglucemia es grave y prolongada, puede ocasionar la muerte.

Causas

Los medicamentos que se usan para tratar la diabetes son la causa más frecuente de hipoglucemia. Estos medicamentos incluyen insulina y fármacos que estimulan la producción de insulina por parte del páncreas para los pacientes con diabetes. La hipoglucemia también puede ser causada por otros medicamentos y por el consumo excesivo de alcohol.

Otras causas de hipoglucemia son raras. Incluyen insuficiencia renal, hepática o cardíaca, infección, niveles bajos de ciertas hormonas (como el cortisol o la hormona del crecimiento), ciertos tumores, algunos tipos de cirugías estomacales e inanición.

Síntomas frecuentes de niveles bajos de azúcar en sangre



Temblores



Latidos cardíacos fuertes



Sudoración



Hambre



Entumecimiento u hormigueo



Somnolencia



Irritabilidad



Dolor de cabeza

Síntomas de niveles muy bajos de azúcar en sangre



Confusión



Visión borrosa



Dificultad para hablar



Convulsiones o coma

Tratamiento

El consumo de comprimidos de glucosa, jugos o alimentos, puede aumentar el nivel de azúcar en sangre. Su médico puede recetar glucagón, que puede administrarse como una inyección. Si toma un medicamento que puede causar hipoglucemia, es posible que su médico ajuste la dosis de su medicamento.

Para las causas más raras de hipoglucemia, el tratamiento puede implicar comer con más frecuencia o tomar hormonas. La cirugía o la quimioterapia pueden ayudar si es un tumor el que está causando la hipoglucemia.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- American Diabetes Association (Asociación Estadounidense contra la Diabetes)
www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/blood-glucose-control/hypoglycemia-low-blood.html
- National Library of Medicine (Biblioteca Nacional de Medicina)
www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000386.htm

+ Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en jama.com. Muchas de estas Hojas están disponibles en inglés y en español.

Autora: Dra. Amy E. Thompson

Fuente: Cryer PE, Davis SN. Hypoglycemia. En: Longo DL, Fauci AS, Kasper DL, et al, eds. *Harrison's Principles of Internal Medicine*. 18th ed. New York, NY: McGraw-Hill; 2012:3003-3009.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta Hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte con su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta Hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.