

GLUCEMIA

CONTROLARLA ESTÁ EN TUS MANOS



Los dispositivos electrónicos para medir la glucosa en sangre son productos médicos que forman parte del control y tratamiento de la diabetes, y la ANMAT asegura su calidad y eficacia.

La diabetes es una enfermedad crónica que se caracteriza por el aumento en los niveles de azúcar (glucosa) en sangre. Todas aquellas personas que padecen de esta enfermedad deben mantener los niveles de glucemia (glucosa que circula por la sangre) dentro de los parámetros normales, ya que los niveles elevados, en forma crónica, provocan daños en prácticamente todos los tejidos del organismo.

Para que un paciente diabético pueda mantener una buena calidad de vida y minimice las consecuencias de la enfermedad, es muy importante que cumpla con los cuidados periódicos según lo indicado por su médico. El tratamiento consistirá en una correcta ingesta de alimentos, un plan de actividad física y, en caso de ser necesario, un tratamiento farmacológico.

La glucemia puede aumentar o disminuir según los alimentos que comemos. Por eso, para el paciente diabético es vital poder conocer el valor de glucosa en sangre, y ello es posible en el hogar mediante un medidor que le brinde las lecturas necesarias en cualquier momento y lugar, de manera rápida, sencilla y certera. De esta forma, la persona puede tomar alguna determinación, en caso de que corresponda, para corregir su glucemia.

En el mercado pueden encontrarse diferentes dispositivos que se adaptan a las necesidades de cada paciente, a fin de alertar si los niveles de glucemia sobrepasan los niveles normales o si caen por debajo de ellos. Algunos, además, sugieren la dosis de insulina necesaria para corregir los niveles de glucosa, según el caso.

De esta manera, el paciente estará contribuyendo a prevenir o retrasar la aparición de las complicaciones propias de la diabetes: lesiones en el sistema nervioso, a nivel oftálmico, renal y vascular.

MEDICIÓN Y REGISTRO DE LOS NIVELES DE GLUCEMIA

El sistema para monitoreo de glucosa en sangre consta de:

- > Lanceta: aguja estéril para realizar la punción del dedo.
- > Dispositivo de punción (lancetero o porta-lancetas): facilita la punción con la lanceta, pinchando el dedo cuando se oprime el botón. La mayoría de los dispositivos tienen una escala para seleccionar la profundidad con que la aguja penetra la piel.
- > Tira reactiva: se coloca sobre ella la gota de sangre para la medición de la glucosa.
- > Medidor de glucosa: realiza la lectura de la tira reactiva.
- > Solución control: Solución de glucosa para verificar en correcto funcionamiento del medidor.

Para realizar una medición correcta, el paciente deberá seguir las recomendaciones que se indican en el manual de instrucciones de uso del sistema para monitoreo de glucosa.

Es fundamental el entrenamiento previo en la utilización de estos medidores y seguir las instrucciones del médico.

RECOMENDACIONES GENERALES

1. Antes y después de tomar la muestra, lavar bien las manos con agua y jabón.
2. Antes de pincharse el dedo, insertar la tira reactiva y preparar el medidor.
3. Usar siempre una lanceta estéril nueva y un dispositivo de punción limpio.
4. No compartir nunca una lanceta ni el dispositivo de punción.
5. Usar la tira reactiva inmediatamente después de sacarla de su envase, especialmente en ambientes muy húmedos. Mantener siempre el envase bien cerrado.
6. No usar una tira reactiva doblada o dañada, ni utilizarla después de la fecha de vencimiento impresa en el envase.
7. Al momento de aplicar la sangre en la tira tomar las siguientes precauciones:
 - No esparcir ni frotar la gota por la tira.
 - No permitir que penetre sangre en el medidor.
8. Registrar los resultados y proceder de acuerdo a lo indicado por el médico.
9. Descartar cuidadosamente las lancetas y las tiras, ya que se trata de material contaminado con sangre.
10. Realizar una prueba con la solución control en las siguientes oportunidades:
 - Cada vez que abra un envase nuevo de tiras.
 - Si se sospecha que el medidor o las tiras no funcionan correctamente.
 - Si se ha caído el medidor o le han cambiado las pilas.

Es importante tener en cuenta que el medidor a utilizar debe estar limpio, calibrado y a temperatura ambiente. Las tiras reactivas no deben estar vencidas y todos los elementos deben estar guardados en su respectivo recipiente para asegurar su calidad y eficacia.

En caso de que el paciente advierta síntomas que no se corresponden con los resultados esperados, a pesar de haber seguido correctamente todas las instrucciones, debe acudir al médico.

Tanto el tratamiento como los resultados del mismo son específicos en cada paciente, por lo que, en cada caso, debe consultarse a su médico de cabecera para conocer los detalles, elegir el método más apropiado, y tener un seguimiento durante toda la vida.

