



# Hipoglucemia de origen no diabético

## ¿QUÉ ES LA HIPOGLUCEMIA DE ORIGEN NO DIABÉTICO?

La hipoglucemia es un trastorno en que el nivel de glucosa (azúcar) de la sangre es demasiado bajo. Les sucede a las personas con diabetes cuando hay descompensación en los medicamentos, alimentación o ejercicio. La hipoglucemia de origen no diabético, un trastorno poco común, es un bajo nivel de glucosa en personas que no tienen diabetes.

Hay dos tipos de hipoglucemia no diabética:

- Hipoglucemia reactiva, que ocurre pocas horas después de comer
- Hipoglucemia basal o en ayunas, que puede estar relacionada con una enfermedad

La glucosa es la principal fuente de energía para el cuerpo y cerebro. Proviene de lo que comemos y bebemos. La insulina, una hormona, ayuda a mantener un nivel normal de glucosa en la sangre para que el cuerpo pueda funcionar debidamente. La función de la insulina es ayudar a que la glucosa entre en las células, donde se utiliza como fuente de energía. Si tiene el nivel de glucosa demasiado bajo, usted no se siente bien.

## ¿SABÍA USTED?

**Puede tener síntomas de hipoglucemia, pero a menos que su nivel de glucosa en sangre en efecto está bajo cuando tiene síntomas, no tiene hipoglucemia.**

## ¿QUÉ CAUSA LA HIPOGLUCEMIA NO DIABÉTICA?

Los dos tipos de hipoglucemia no diabética tienen causas diferentes. Los investigadores todavía están estudiando las causas de la hipoglucemia reactiva. Sin embargo, saben que proviene de un exceso de insulina en la sangre, lo que resulta en un bajo nivel de glucosa.

Tipos de hipoglucemia de origen no diabético	Posibles causas
Hipoglucemia reactiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tener prediabetes o riesgo de diabetes, que puede llevar a problemas para producir insulina en cantidades adecuadas</li> <li>• Cirugía del estómago, lo que puede hacer que los alimentos pasen demasiado rápido por el intestino</li> <li>• Deficiencia poco común de enzimas, que dificulta que el cuerpo procese los alimentos</li> </ul>
Hipoglucemia basal o en ayunas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medicamentos como                             <ul style="list-style-type: none"> <li>– salicilatos (un tipo de analgésico)</li> <li>– sulfamidas (un antibiótico)</li> <li>– pentamidina (para tratar un tipo grave de pulmonía)</li> <li>– quinina (para tratar la malaria)</li> </ul> </li> <li>• Bebidas alcohólicas, particularmente el consumo excesivo de alcohol en periodos breves</li> <li>• Enfermedades graves, como las que afectan el hígado, corazón o riñones</li> <li>• Un bajo nivel de ciertas hormonas como cortisol, hormona del crecimiento, glucagón o epinefrina</li> <li>• Tumores, como aquellos en el páncreas, que producen insulina o un tumor que produce una hormona similar llamada IGF-II</li> </ul>

## ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA HIPOGLUCEMIA NO DIABÉTICA?

Los síntomas incluyen estar

- hambriento
- tembloroso
- somnoliento
- ansioso
- mareado
- confundido o nervioso
- sudoroso
- irritable

Algunas personas tienen dificultad para hablar y también se sienten débiles. Hable con su médico si tiene síntomas de hipoglucemia, incluso si solo tiene un episodio.

## ¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA HIPOGLUCEMIA NO DIABÉTICA?

Su médico puede diagnosticar la hipoglucemia no diabética al examinar sus síntomas, hacerle un examen físico, analizar su riesgo de diabetes y medirle el nivel de glucosa en la sangre. Su médico también determinará si se siente mejor después de comer o beber para elevarle la glucosa a un nivel normal.

Un aspecto importante del diagnóstico es medir el nivel de glucosa en la sangre para ver si está realmente bajo (de 55 mg/dL o menos) cuando usted tiene síntomas. Su médico revisará su nivel de glucosa y posiblemente pida otras pruebas. Un medidor personal de glucosa no es suficientemente exacto para el diagnóstico.

Para la hipoglucemia de ayuno, se le mide la glucosa cada ciertas horas mientras ayuna durante varios días. Para la hipoglucemia reactiva, es posible que se le haga una prueba llamada prueba de tolerancia a alimentos mixtos (*mixed-meal tolerance test* o MMTT).

Para la prueba MMTT, primero toma una bebida especial que contiene proteínas, grasas y azúcar. La bebida eleva su nivel de glucosa en la sangre, lo que hace que el cuerpo produzca más insulina. Luego se le mide el nivel de glucosa varias veces durante las siguientes cinco horas.

Ambas pruebas determinan si el nivel de glucosa en la sangre baja demasiado. Es posible que su médico también le haga un análisis de sangre para determinar el nivel de insulina u otras sustancias.

## ¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO PARA LA HIPOGLUCEMIA NO DIABÉTICA?

El tratamiento depende de la causa de la hipoglucemia. Por ejemplo, si usted tiene un tumor, necesitará cirugía. Si un medicamento le está causando hipoglucemia, debe cambiar de medicamento.

Para el tratamiento inmediato de un bajo nivel de glucosa en la sangre, asegúrese de comer o beber 15 gramos de carbohidratos (a manera de caramelos, jugo o tabletas de glucosa).

Pregúntele a su médico o nutricionista si usted debe hacer cambios en su alimentación. El siguiente tipo de dieta puede ayudarlo:

- Comer comidas y meriendas pequeñas durante todo el día, aproximadamente cada tres horas
- Comer una variedad de alimentos, incluidos proteína (de carne y otro tipo), productos lácteos y alimentos con mucha fibra como pan integral, frutas y vegetales
- Limitar el consumo de alimentos con alto contenido de azúcar

Algunos médicos recomiendan una dieta con mucha proteína y pocos carbohidratos, pero no se ha demostrado que este tipo de alimentación sea beneficiosa para la hipoglucemia.

## Preguntas que debe hacerle a su médico

- ¿Cuál es la causa de la hipoglucemia en mi caso?
- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento?
- ¿Cuánto tiempo necesito tratamiento?
- ¿Con qué frecuencia debo hacerme chequeos y análisis de sangre?
- ¿Cuánto tiempo tendré hipoglucemia?
- ¿Debo consultar con un endocrinólogo?
- ¿Debo consultar con un nutricionista diplomado?

## RECURSOS

- Encuentre un endocrinólogo: [www.hormone.org](http://www.hormone.org) o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)
- Encuentre un nutricionista diplomado (Academy of Nutrition and Dietetics): [www.eatright.org/programs/rdfinder](http://www.eatright.org/programs/rdfinder)
- Información de la Red de Salud Hormonal sobre los trastornos relacionados con la hipoglucemia: [www.hormone.org/audiencias/pacientes-y-cuidadores/preguntas-y-respuestas/2011/hypoglycemia](http://www.hormone.org/audiencias/pacientes-y-cuidadores/preguntas-y-respuestas/2011/hypoglycemia)
- Información del Instituto Nacional de Salud sobre la hipoglucemia: [diabetes.niddk.nih.gov/spanish/pubs/hypoglycemia/index.aspx](http://diabetes.niddk.nih.gov/spanish/pubs/hypoglycemia/index.aspx)
- Información de la Mayo Clinic sobre la hipoglucemia reactiva: [www.mayoclinic.com/health/reactive-hypoglycemia/AN00934](http://www.mayoclinic.com/health/reactive-hypoglycemia/AN00934)

### EDITORES

Margaret Eckert-Norton, PhD  
Susan Kirk, MD

Octubre del 2013

La Red de Salud Hormonal (*Hormone Health Network*) ofrece recursos gratuitos por Internet que se basan en los más avanzados conocimientos científicos y clínicos de la Sociedad de Endocrinología (*The Endocrine Society* en [www.endocrine.org](http://www.endocrine.org)). El objetivo de la Red es que los pacientes no solo tengan información, sino que sean activos participantes en la atención de salud que reciben.

Hipoglucemia de origen no diabético hoja informativa



[www.hormone.org](http://www.hormone.org)