

# Manejo de Días de Enfermedad

1. La enfermedad o infección cambia la forma en que el azúcar (glucosa) es usada por el cuerpo. La enfermedad puede trastornar el balance entre la alimentación, la actividad física regular y el medicamento para la diabetes. Las personas con diabetes pueden desarrollar niveles muy altos de glucosa como resultado de una enfermedad.
2. **¡Es importante que haga planes para los días en que esté enfermo!**
  - A. **No deje de tomar sus medicinas** – Insulina o pastillas. Usted necesitará tomar su dosis usual a menos que la dosis recomendada haya sido cambiada por su médico.
  - B. **Hágase la prueba más seguido** – Hágase la prueba de su nivel de glucosa cada 4 horas cuando esté enfermo. Si tiene diabetes Tipo 1, hágase la prueba de orina para medir la cetona.
  - C. **Tome muchos líquidos** – Es muy importante que reemplace los líquidos que se pierden debido al vómito, diarrea o fiebre. Tome un vaso grande de agua, te, caldo u otro líquido cada hora. Durante una enfermedad, los alimentos que son fáciles de retener, como las sopas, jugos y refrescos con azúcar pueden reemplazar sus comidas regulares.
  - D. **Descanse** – Es mejor no realizar actividad física cuando esté enfermo.
  - E. **Coma regularmente** – Si no puede comer alimentos regulares, los alimentos que son fáciles de retener como las sopas, jugos y refrescos regulares (no de dieta) pueden reemplazar sus comidas regulares.
3. **Llame a su proveedor médico o enfermera en CUALQUIERA de los siguientes casos:**
  - A. Si está vomitando y no puede comer.
  - B. Si su nivel de azúcar es de 300 mg/dL durante más de 2 lecturas seguidas.
  - C. Si registra cetonas en la orina.
  - D. Si tiene temperatura de 101°F o mayor.

