



En colaboración con



Clínica  
Universidad  
de Navarra

14 de noviembre, Día Mundial de la Diabetes

## FEDE presenta “Una Mano a Tiempo”, el primer “paseo de la fama” para concienciar sobre la hipoglucemia grave

- El objetivo de esta campaña es ayudar a visibilizar los síntomas, así como dar a conocer las claves para saber cómo actuar ante estos episodios, tendiéndole a las personas con diabetes una “Una Mano a Tiempo”.
- La hipoglucemia grave ocurre por una bajada importante de los niveles de glucosa en sangre, lo que provoca que el cuerpo no tenga energía para funcionar correctamente y es necesario la ayuda de un tercero para remontar la situación.
- La organización instalará un “paseo de la fama” en Nuevos Ministerios, donde todo aquel que lo desee podrá plasmar su mano como símbolo de apoyo a la iniciativa e informarse sobre la hipoglucemia grave.

**Madrid, 13 de noviembre de 2019** – Con motivo de la celebración del **Día Mundial de la Diabetes**, mañana jueves, 14 de noviembre, la **Federación Española de Diabetes (FEDE)** ha puesto en marcha la campaña “Una Mano a Tiempo” con el apoyo de Lilly, una de las 15 principales compañías farmacéuticas del mundo. La iniciativa tiene como objetivo concienciar sobre la **hipoglucemia grave (HG)** y visibilizar sus síntomas, que a menudo no son suficientemente conocidos tanto para las propias personas con diabetes como para aquellos que les rodean (amigos, familiares, compañeros de trabajo, etc.). Los especialistas de la Clínica Universidad de Navarra colaboran en esta campaña divulgando información sobre hipoglucemia grave, con el objetivo de ayudar a las personas que sufren estos episodios.

La hipoglucemia viene provocada por una bajada importante de los niveles de glucosa en sangre (por debajo de 70mg/dl), lo que hace que el cuerpo no disponga de la energía necesaria para funcionar correctamente y genera síntomas de debilidad o malestar.

Cuando se trata de una hipoglucemia grave los síntomas empeoran, impidiendo reaccionar a la persona que la sufre, no pudiendo valerse por sí misma por completo en la mayoría de los casos, por lo que necesita asistencia de un tercero. Para recalcar la importancia de la labor de estas terceras personas que rodean a los pacientes que sufren una hipoglucemia grave, FEDE instalará un *stand* abierto al público en Nuevos Ministerios (*Calle Raimundo Fernández Villaverde - a la altura de la entrada de la parada de Cercanías/Metro de Nuevos Ministerios*). De este modo, todas aquellas personas que se acerquen podrán plasmar sus huellas como símbolo de su compromiso con la enfermedad.

D. Aureliano Ruiz Salmón, vicepresidente 1º de FEDE pone de manifiesto que, “el hecho de plasmar sus huellas representa el apoyo de la sociedad que ofrece una mano a tiempo a las personas con diabetes durante un episodio de HG, siendo conscientes de qué es lo que le está ocurriendo y sabiendo cómo deben actuar para ayudarles”.

Al acto, además de Ruiz Salmón, asistirá la Dra. Olga González Albarrán, endocrinóloga, jefa de la sección de Diabetes del Hospital Gregorio Marañón, que informará sobre los procesos de detección de estos episodios. González Albarrán, por su parte, afirma que “en muchas ocasiones, las hipoglucemias graves pueden ser evitadas. Es importante estar informado y prevenirlas dentro de lo posible, ya que cuantos más episodios se hayan sufrido en el pasado, más alta es la probabilidad de que aparezcan en el futuro.”



En colaboración con



Clínica  
Universidad  
de Navarra

Por su parte, desde la Clínica Universidad de Navarra asistirá la Dra. María Alija, pediatra especializada en Endocrinología, que explicará las consecuencias que tienen estos episodios en los más pequeños. “En lo que a niños se refiere, en torno al 25% no percibe que está sufriendo estos episodios de hipoglucemia, por lo que los familiares y profesores deben estar especialmente informados para su detección y reacción temprana”, recalca la doctora.

### **Síntomas de una hipoglucemia**

Saber detectar los síntomas es esencial a la hora de tratar con una persona con diabetes que está sufriendo un episodio de hipoglucemia grave. Estos pueden mostrarse de forma distinta entre una persona u otra, con distintas intensidades, siendo los más comunes:

- Hambre
- Palidez en el rostro
- Sudor frío
- Náuseas
- Irritabilidad
- Ansiedad
- Temblores
- Palpitaciones

Si la hipoglucemia se prolonga sin ser tratada, aparecen nuevos síntomas:

- Dolor de cabeza
- Falta de concentración
- Confusión
- Debilidad
- Visión borrosa
- Conducta alterada
- Falta de memoria
- Falta de coordinación
- Pérdida de la conciencia

Si no se detecta a tiempo, puede provocar la pérdida de conciencia y de conexión con el entorno, pudiendo la persona con diabetes convulsionar y entrar en coma.

Cuando una persona no puede valerse por sí misma y necesita ayuda de un tercero se considera una hipoglucemia grave.

Muchos de los episodios de hipoglucemia grave tienen lugar durante la noche por lo que son más difíciles de detectar. En estos casos, la Dra. Alija recomienda estar especialmente atentos a los niños con diabetes, que pueden mostrar síntomas como pesadillas, despertar en llanto, sudores exagerados o incluso mostrarse cansados, irritables o confusos al despertarse.

### **Causas**

Las causas más comunes son la ingesta de una cantidad de alimentos menor de lo planeado y la realización de ejercicio no planificado o extenuante. Además, hay otros factores que pueden producir hipoglucemias:

- Errores en la administración de insulina.





En colaboración con



Clínica  
Universidad  
de Navarra

- No comer suficientes hidratos de carbono, retrasar una comida o ayunar.
- Realizar una actividad física mayor o de manera imprevista.
- Consumo excesivo de alcohol.

El riesgo de hipoglucemia grave es menor cuanto más temprana sea su detección. Por esta razón, cuanto más informada esté la sociedad, mayor será la posibilidad de tender una mano a tiempo a las personas con diabetes ante este tipo de episodios.

Para **más información**, puede ponerse en contacto con:

**Asier Sannio / Paula Mantiñán**  
[asannio@llorenteycuenca.com](mailto:asannio@llorenteycuenca.com) / [pmantinan@llorenteycuenca.com](mailto:pmantinan@llorenteycuenca.com)  
Tel.: 91 563 77 22

#### **Sobre la Federación Española de Diabetes**

La Federación Española de Diabetes (FEDE) es el órgano representativo del colectivo de personas con diabetes en España que, a día de hoy, padecen cerca 6.000.000 de personas, para lo que cuenta con un total de 19 socios: 19 federaciones autonómicas de personas con diabetes, que agrupan a unas 150 asociaciones de personas con diabetes, distribuidas por todo el territorio nacional.

#### **Sobre la Clínica Universidad de Navarra**

Es el hospital de la Universidad de Navarra. Una institución universitaria sin ánimo de lucro que reinvierte sus excedentes en la mejora de los cuidados del enfermo. Está ubicado en Pamplona y cuenta con 75.000 m<sup>2</sup>, en los que se encuentran distribuidos los 50 departamentos médicos y 10 áreas especializadas. Todas las pruebas analíticas, de radiodiagnóstico y de tratamiento médico o quirúrgico se realizan en el mismo centro. Dispone de 400 camas, 15 quirófanos, UCI de adultos y pediátrica, y una Unidad de Hospitalización Especial, entre otros recursos.

#### **Sobre Lilly**

Eli Lilly and Company, fundada por Eli Lilly en 1876, se encuentra entre las quince mayores compañías farmacéuticas del mundo. En todo el planeta, Lilly ha desarrollado alianzas que permiten avanzar en su capacidad para desarrollar medicamentos innovadores a menor coste. Hacen medicamentos para que las personas puedan vivir más tiempo, de forma más sana y activa. Lilly está presente en España desde 1963, primero como una *joint venture* y desde 1997 como afiliada 100% propiedad de Eli Lilly and Company.