

Alcohol y Diabetes

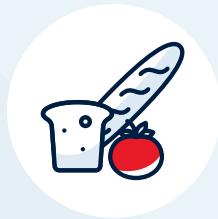
Beber alcohol puede afectar la glucosa en la sangre. El hígado está ocupado metabolizando el alcohol y, por lo tanto, no puede convertir el glucógeno (forma almacenada de glucosa) en glucosa ni secretarlo al torrente sanguíneo. La parte más preocupante del consumo de alcohol para las personas con diabetes es el riesgo de hipoglucemia (nivel bajo de glucosa en sangre). Un caso de hipoglucemia puede ocurrir hasta 12 horas después de beber.

Hable sobre el alcohol y la diabetes con su equipo de diabetes. Es importante contar con un plan de seguridad antes de beber. Cada persona responde de manera diferente a los licores fuertes, los cócteles, el vino o la cerveza.

Sugerencias para beber responsablemente



Eduque a sus amigos sobre la diabetes y el alcohol (por ejemplo, cómo tratar la hipoglucemia con carbohidratos; cómo y cuándo usar glucagón).



Coma antes de beber.



Revise su nivel de glucosa en la sangre con frecuencia.



Pídale a un compañero de vivienda o a un amigo que esté al pendiente de usted periódicamente después de beber.

Note

Glucagon may **NOT** raise blood glucose after drinking alcohol.



Sepa cuánto alcohol contiene su bebida.



Lleve puesta su identificación médica.



Evite beber en exceso.

Consejos

El deterioro de la cognición y la coordinación debido a un nivel bajo de glucosa en la sangre puede confundirse con estar ebrio.

Hacer ejercicio mientras se bebe alcohol puede aumentar aún más el riesgo de hipoglucemia. El baile y la actividad sexual cuentan como ejercicio.

Diabetes Line
832-822-3670



YADP
Young Adult Diabetes Program



This program is supported by a generous grant from MD Anderson Foundation.

© 2024 Texas Children's Hospital. All rights reserved. DIAB-19605-24



**Texas Children's
Hospital**