

Simposio de actualización en Neonatología  
y Pediatría - Clínica Santa Isabel

---

**La alimentación del paciente diabético con  
tratamiento de insulino terapia  
intensificada**

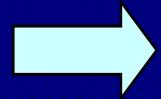
**Lic. Cynthia Zyngier**

# **SISTEMA DE CONTEO HIDRATO DE CARBONO**

---

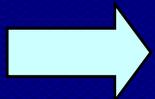
**Consiste en contar la cantidad de hidratos de  
carbono que se indica en el plan de  
Alimentación**

# Diabetes 1



## INSULINO TERAPIA INTENSIFICADA:

Ajustar la dosis de insulina corriente o ultrarápida según la cantidad de hidratos de carbono que el paciente va a comer



## CONVENCIONAL

Distribuir los hidratos de Carbono de la misma manera en el día , ayuda a controlar la glucemia.

# Pacientes con insulino terapia intensificada

---

- **El objetivo de utilizar este sistema es que el paciente pueda manejarse más libremente con su plan de alimentación**
- **Existe una relación directa entre la insulina que un paciente se aplica y la comida ingerida**

**-10 gr de hidratos de carbono / 1 unidad de insulina**

**-15 gr de hidratos de carbono/ 1 unidad de insulina**

# Selección de pacientes

## Apropiado para:

- **Diabético tipo 1 de reciente comienzo, con gran expectativa de vida**
- **Para los que no logran un buen control metabólico con una insulino-terapia convencional**
- **Para los que tengan horario disímiles de trabajo y comida**
- **Aquellos que hayan demostrado responsabilidad, motivación y compromiso con el tratamiento**
- **Pacientes con habilidad matemática.**

# Selección de pacientes

## Inapropiado para:

- **Pacientes que no realizan el automonitoreo glucémico, o no colaboran en lograr un mejor control metabólico**
- **Los que no sepan realizar los controles y no sepan manejar las equivalencias de los alimentos**
- **Los que tengan complicaciones avanzadas**
- **Los que tengan hipoglucemia sin síntomas de alarma**

# Es importante que el paciente tenga en cuenta

---

- **Principales nutrientes: Hidratos de carbono, proteínas y grasas**
- **Contenido de hidratos de carbono en los alimentos**
- **Distribución de los H de C del plan de alimentación**
- **Importancia de cuidar el contenido de grasa de la dieta**
- **Los valores de glucemia aceptables**
- **Relación de hidratos de carbono / insulina**

# Niveles de Aprendizaje

---

## Nivel 1 o Básico

### Objetivo:

**Conocer las fuentes de hidratos de carbono, la cantidad en gramos que aportan los alimentos y la relación entre la porción y el contenido de Hidratos de Carbono.**

## LACTEOS

ALIMENTO	CANTIDAD	Hde C
Leche entera o descr	1 taza 200 cc	10
Yogurt des con cereales	1 pote 250 gr	22

## CEREALES Y LEGUMBRES

Arroz blanco	½ plato-100gr	24
Fideos Secos, rabioles	½ plato-100gr	30
Masa de empanada	1 unidad	13,5
Lentejas, porotos	½ plato playo	30

## VEGETALES Y FRUTAS

Verdes crudos	1 plato hondo	3,5
Verdes Cocidos	1 taza cocida	10
Papa, batata, choclo	1 u chica 100gr	20
Fruta chica	1 u= 100-120	10
Fruta grande	1 u= 250 gr	25

## PAN Y GALLETITAS

Pan francés	1 miñon= 30 gr	18
Pan lactal	2 rabanadas	25,5
Galletitas de agua grand.	1 unid = 7 gr	5

# Niveles de Aprendizaje

---

## Nivel 2 o Intermedio

### Objetivo:

**Identificar el impacto de los alimentos, la insulina y la actividad física sobre las variaciones de la glucemia.**

<b>DESAYUNO día: / /04</b>	<b>H de C</b>	<b>Glucemia</b>	<b>UI</b>
<b>SUBTOTAL</b>			
<b>MEDIA MAÑANA</b>			
<b>SUBTOTAL</b>			
<b>ALMUERZO</b>			
<b>SUBTOTAL</b>			
<b>MERIENDA</b>			
<b>SUBTOTAL</b>			
<b>CENA</b>			
<b>SUBTOTAL</b>			
<b>TOTALES</b>			

# Niveles de Aprendizaje

---

## Nivel 3 o Avanzado

### Objetivo:

**Determinar la proporción de carbohidratos por unidad de insulina**

# Ventajas

---

- **Se logra un mejor control metabólico, retardando las complicaciones crónicas de la diabetes**
- **Facilita los ajustes de la dosis de insulina y minimiza la variación de la glucemia secundaria a la ingesta de alimentos.**
- **Hay mayor flexibilidad en el plan de alimentación**

# Desventajas

---

- **El indeseable incremento de peso**
- **Puede ocurrir que el paciente no realice una selección saludable de alimentos.**
- **Mayor riesgo de hipoglucemias**
- **Requiere de habilidades matemáticas y de compromiso de tiempo adicional para la obtención de los registros.**