



Avances en Diabetología



P-144. - EFECTOS AGUDOS DEL EJERCICIO DE ALTA INTENSIDAD SOBRE LA VARIABILIDAD GLUCÉMICA EN PACIENTES CON DIABETES TIPO 1

L. Chinchurreta, L. Forga, M.J. Goñi, F.J. Lafita, R. Berraondo, M.T. Galdeano y C. Criado

Hospital de Navarra. Pamplona.

Resumen

Introducción: Cada vez son más los pacientes con DM1 que realizan ejercicio de alta intensidad, experimentando excursiones glucémicas indeseables. Su manejo supone un hándicap para los profesionales debido a las múltiples variables que actúan durante la actividad física.

Objetivos: Conocer el comportamiento de la glucemia durante un ejercicio de alta intensidad y larga duración en pacientes con DM1 con un entrenamiento supervisado previo, mediante el análisis de los dispositivos de monitorización continua de glucemia (MCG).

Material y métodos: Estudio analítico, prospectivo, no aleatorio y apareado que analiza los cambios en el perfil glucémico durante una maratón, así como en el día anterior y las horas posteriores, en siete sujetos con DM1 mediante MCG. Variables analizadas: media, DE, índice J, HBGI, LBGI y el ADRR. Análisis estadístico: Stata13.1.

Resultados: No se aprecian diferencias estadísticamente significativas entre el día de la maratón y los demás analizados. Tampoco es posible generar patrones de comportamiento, pudiendo describir los siguientes hallazgos: Existe una tendencia a iniciar la prueba en hiperglucemia: tres pacientes comenzaron con glucemias superiores a 250 mg/dl. En tres pacientes observamos la presencia de hipoglucemias en las 24 horas previas, dos de ellas graves, condicionando los depósitos de glucógeno muscular. Ningún paciente presentó hipoglucemia durante la prueba: glucemia mínima registrada 90 mg/dl. Se alcanzaron picos de 250 mg/dl el día previo en seis pacientes, durante la carrera en tres y tras finalizarla en al menos otros tres.



Conclusiones: El miedo a las hipoglucemias genera una tendencia a iniciar la prueba con valores superiores a lo recomendado. El control glucémico el día previo resulta inadecuado en la mitad de los casos (hipoglucemia). Se produce una gran variabilidad durante la maratón, pero sin hipoglucemias. A pesar del entrenamiento y del ejercicio intenso, existen picos de hiperglucemia (> 250 mg/dl) en la mitad de los pacientes.