



## 242/2576 - NO MÁS PASTILLAS

C. García Victori, E. Carrey Doblas y R. Cruz Baviano

Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Las Delicias. Jerez de la Frontera. Cádiz.

### Resumen

**Descripción del caso:** Paciente de 53 años que acude al centro de salud por polaquiuria y pérdida de peso. Se realiza control analítico, presentando valor de glucemia en ayunas de 231 y hemoglobina glicada de 7,30. Se pautó insulina lenta y rápida. Se explican normas de nutrición y ejercicio y se solicita cita con enfermería para control de glucemia. El peso del paciente era de 105,5 kg. Durante la evolución de la enfermedad del paciente se registraron hemoglobinas glicadas de hasta 9,1 y un peso de 111 kg, momento en el que el paciente sufre un ACV. Desde ese momento el paciente empieza a aplicar las normas higiénico-dietéticas que se le explicaron al diagnóstico: sale a andar 1h y realiza dieta baja en carbohidratos. A partir de ese momento el paciente reduce su peso y sus necesidades de insulina, llegando a registrarse hemoglobina glicada de 4,9 y peso de 92 kg. En ese momento se retiran antidiabéticos por buen control de glucemias.

**Exploración y pruebas complementarias:** COC, BEG, BHyP. Eupneico en reposo. No focalidad neurológica. ACP: rítmica a buena frecuencia, sin soplos ni extratonos. MVC sin ruidos patológicos. Abdomen blando y depresible. No doloroso a la palpación. No se palpan masas ni megalias. No peritonismo. RHA conservados. MMII sin edemas ni signos de TVP.

**Juicio clínico:** Diabetes mellitus.

**Diagnóstico diferencial:** Hipertiroidismo e hiperinsulinismo.

**Comentario final:** Muchas veces nos centramos en pautar tratamientos farmacológicos en patologías donde las medidas higiénico-dietéticas son mucho más rentables. Es importante hacer hincapié en consulta de estas pautas y explicar a los pacientes su patología. En el seno de una buena relación médico-paciente debemos intentar que los pacientes controlen su patología en la medida que este a su alcance. Se ha demostrado que la reducción del peso de 10 kg reduce la hemoglobina glicada en un 15%.

### Bibliografía

1. Farreras Valenti P, Rozman C. Medicina Interna, 17ª ed. Harcourt, 2016.

**Palabras clave:** Diabetes. Ejercicio. Medidas higiénico-dietéticas.