

Guías para el Consumo de Alcohol

El alcohol puede ser peligroso si no se utiliza con cuidado. Deberá ser consumido solamente con el consentimiento de su médico.

ADVERTENCIAS:

- El alcohol puede ocasionar hipoglucemia
- El alcohol puede ocasionar que la diabetes no controlada se empeore ó agrave.
- El alcohol puede ocasionar efectos secundarios cuando está combinado con factores hipoglucémicos orales
- Evite ingerir alcohol cuando se está tomando Glucophage (Metformin)



Guías para Uso:

- (1) El alcohol está considerado como un "intercambio de grasas".
1 Bebida alcoholica = 1.5 oz. licor de alto contenido alcoholico
= 12 oz. cerveza
= 5 oz. vino
= 2 intercambios de grasas
- (2) Debería ser consumido con comida y nunca con el estómago vacío.
- (3) La glucosa y los lípidos deberán estar en buen control antes de consumir alcohol.
- (4) Tome con moderación.
- (5) Evite los vinos dulces, licores aromáticos, y bebidas mixtas alcoholicas (de alto contenido de azúcar simple).
- (6) Evite consumir alcohol si necesita bajar de peso (proporciona calorías vacías)
- (7) Aquellos que deberán evitar el consumo de alcohol incluyen; aquellos con pancreatitis, gastritis, altos triglicéridos, y frecuentes reacciones hipoglucémicas, aquellos con una historia de abuso del alcohol, aquellos con enfermedad de los riñones y enfermedad del corazón, y todas las mujeres embarazadas.

