

Diabetes y conducir:

guía rápida

**NO
CONDUZCA
POR DEBAJO
DE CINCO**

Hipoglucemia y conducir

No es seguro conducir cuando tiene una hipoglucemia (niveles bajos de glucemia). Una hipoglucemia (hipo) puede producirse cuando los niveles de glucemia bajan a menos de 5 mmol/L. Esto puede ocurrir si usa insulina o medicamentos para reducir la glucemia.

Una hipo puede aparecer rápidamente con síntomas de advertencia precoces, tales como:

Tembor

Vahídos

Hambre

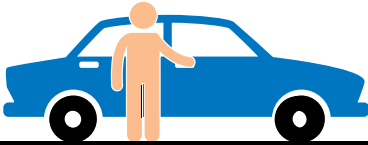
Cefalea

Algunas personas tienen dificultad para percibir los síntomas de advertencia precoces ('conciencia de una hipoglucemia'), entonces es importante que controle sus niveles de glucemia antes de conducir.

Busque este recurso en ndss.com.au

Version 1 January 2021.
NDSSINF004S

Controle sus niveles de glucemia antes de conducir



CONSEJO: Lleve con usted su medidor, las tiras para el control y el kit para el tratamiento de la hipo. No debe dejarlos en el automóvil, dado que el calor y la luz los dañarán.

Hiper glucemia y conducir

La hiper glucemia (niveles altos de glucemia) puede producir cansancio, visión borrosa y toma de decisiones equivocadas, que pueden tener consecuencias al conducir.

Si no se siente bien y sus niveles de glucemia están altos, es importante que no conduzca.

Otros factores que pueden afectar la conducción

Las complicaciones relacionadas con la diabetes pueden afectar su capacidad para conducir de manera segura. Algunos ejemplos son **problemas para sentir los pedales** debido a las lesiones en los nervios de los pies, o **cambios en su visión**. Hable con su médico acerca de los efectos posibles sobre su capacidad para conducir de manera segura.

Su diabetes y la lista de verificación de seguridad para conducir

✓	Controle con su médico el nivel de HbA1c .
✓	Haga un control de los pies por lo menos cada 12 meses.
✓	Haga un control de los ojos por lo menos cada 2 años.
✓	Consulte con el médico acerca de la apnea del sueño si nota una somnolencia excesiva al conducir.
✓	Asegúrese de verificar la precisión de su medidor de glucemia periódicamente. Su educador acreditado en materia de diabetes o farmacéutico puede ayudar.

Qué debe hacer si tiene una hipo cuando está conduciendo



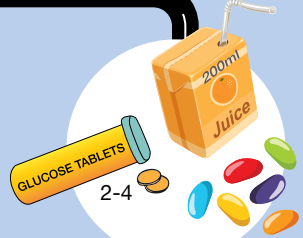
1

Salga de la carretera de manera segura y apague el motor. Quite las llaves de encendido.



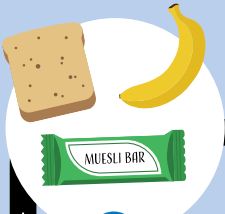
2

Controle sus niveles de glucemia.



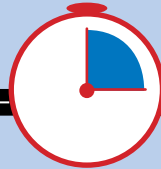
3

Si tiene menos de 5 mmol/L, beba o coma 15 gramos de uno de los carbohidratos que actúan rápidamente que figuran arriba.



5

Cuando tenga más de 5 mmol/L, coma uno de los siguientes carbohidratos de larga duración que figuran arriba.



4

Espera 15 minutos y controle nuevamente. Si aún tiene menos de 5 mmol/L, repita los pasos 3 y 4.



6

Espera 30 minutos y controle sus niveles de glucemia nuevamente.



7

Puede conducir si tiene más de 5 mmol/L y se siente bien.

Tome descansos y recuerde controlar sus niveles de glucemia cada dos horas en los viajes largos.

Diabetes y el seguro del vehículo

Si tiene algún problema con el seguro de su vehículo, comuníquese con la Autoridad Australiana de Denuncias Financieras (Australian Financial Complaints Authority) al **1800 931 678**.

Diabetes y su licencia de conductor

Es posible que se incluyan condiciones en su licencia de conductor. Es su responsabilidad legal informarle a la autoridad que otorga licencias de conductor (Driver Licensing Authority) en su estado/territorio que usted usa insulina o medicamentos para reducir la glucemia.

Estado	Contacto	Sitio web	Teléfono
Territorio de la Capital de Australia	Access Canberra	accesscanberra.act.gov.au/	13 22 81
Nueva Gales del Sur	Roads and Maritime Services	rms.nsw.gov.au	13 22 13
Territorio del Norte	Driving and Transport	nt.gov.au/transport	08 8999 1800
Queensland	Department of Transport and Main Roads	tmr.qld.gov.au	13 23 80
Australia del Sur	Service SA	servicesa@sa.gov.au	13 10 84
Tasmania	Department of State Growth	transport.tas.gov.au	1300 135 513
Victoria	Vic Roads	vicroads.vic.gov.au	13 11 71
Australia Occidental	Department of Transport	transport.wa.gov.au	13 11 56
Nacional	Austroads Assessing Fitness to Drive guidelines	austroads.com.au/ drivers-vehicles/ assessing-fitness-to-drive	13 11 56
NDSS Helpline (Línea de ayuda del NDSS)	Pida por un educador acreditado en materia de diabetes.	ndss.com.au	1800 637 700