

Conducir con Diabetes

Tener diabetes no significa que no pueda manejar un auto, pero se deben tomar algunos pasos extra para asegurarse de que está manejando de manera segura!

Cómo puede la diabetes afectar mi habilidad de conducir?

- El tratamiento con insulina y algunas medicinas orales para la diabetes pueden causar que se baje el azúcar en la sangre, lo cual conlleva a que a la persona le de sueño, mareo, confusión, visión borrosa, pérdida del conocimiento, o convulsiones.
- Conducir con el azúcar baja es como conducir bajo los efectos del alcohol y puede conllevar a accidentes serios que lo afecten a usted o a otros.
- Evitar que se baje el azúcar es clave para asegurarse de que usted y otros que estén manejando al rededor suyo estén protegidos.
- Otras complicaciones de la diabetes tales como no reconocer cuando el azúcar se baja (inconciencia de hipoglicemia), pérdida de la visión (retinopatía), o pérdida de la sensación en sus manos o pies debido a daño nervioso (neuropatía), pueden impactar su habilidad para conducir.

Cómo puedo evitar que se me baje el azúcar cuando estoy manejando?

- **Mida su nivel de azúcar antes de conducir, aún cuando se sienta bien!**
- **El objetivo es tener el azúcar por encima de 90 mg/dL.** Estos son unos ejemplos de qué puede hacer para lograr esto:
- Si su azúcar está por debajo de <90 mg/dL, consuma 15 gramos de carbohidratos y mida su azúcar en 10-15 minutos. Repita esto hasta que su azúcar esté >90 mg/dL. Espere hasta que su azúcar esté >90 mg/dL antes de empezar a conducir.
- Si utiliza un monitor de glucose continuo (CGM por sus siglas en Inglés), o un sensor que indique que su nivel de azúcar está bajando y su azúcar estará en menos de 90 mg/dL en los próximos 30 minutos a 1 hora, considere consumir 10-15 gramos de carbohidratos. Es importante prestarle atención a las flechas que muestran la trayectoria del azúcar en el CGM.
- Mida su azúcar cada 1-2 horas si está conduciendo continuamente. Vea la siguiente pregunta para saber qué hacer si su azúcar está baja.

Qué hago si siento que mi azúcar está baja o si el nivel de azúcar está bajo (aunque me sienta bien) mientras conduzco?

- **No ignore síntomas tempranos de azúcar baja ni trate de “esperar a que se pase solo el nivel bajo”**
- **Mueva el auto al lado de la carretera tan pronto como pueda hacerlo de manera segura y mida su nivel de azúcar.**
- Trate el azúcar si está baja siguiendo las reglas discutidas anteriormente!
- No empiece a conducir hasta que su nivel de azúcar esté >90 mg/dL y los síntomas de azúcar baja se hayan resuelto completamente.

Otras consideraciones

- **Esté preparado(a):**
 - Asegurese de tener con usted todos los suministros para la diabetes, que no estén vencidos, y que funcionen bien, (por ejemplo, glucometro, tiras de prueba, recibidor del CGM, etc).
 - Tenga suficientes snacks de 15 gramos que tengan carbohidratos de acción rápida, de fácil acceso (que los pueda alcanzar y ver fácilmente), y que no se derritan, venzan, o se dañen. Las tabletas de glucosa no se derriten en el calor, y no se congelan en el frío.

- Use su alerta médica (brazalete, collar) y tenga una alerta médica grabada en su teléfono celular en caso de que tenga un problema mientras esté conduciendo. Una alerta médica visible puede alertar a otros que deben medir su azúcar si usted no es capaz de hacerlo.
- Siempre utilice el cinturón de seguridad!
- De la misma manera como usted no debe conducir y textear, no debe medir su azúcar mientras está conduciendo.
- Hable con el profesional de la salud que le maneja su diabetes si tiene dificultad sintiendo síntomas cuando se le baja el azúcar.
- El buen control de la diabetes puede prevenir que usted desarrolle complicaciones que pueden afectar su habilidad para conducir. Trabaje con su equipo de diabetes para que le ayuden con esto y asegúrese de tener exámenes de los ojos regularmente, cada uno a dos años.
- Tenga conocimiento de las leyes de conducción de su estado!
- Las leyes para conducir con una licencia de conducción privada en alguien con diabetes varían de estado a estado y no están dictadas por la ley federal. Algunos estados pueden requerir que su médico firme un consentimiento médico cuando usted aplique para sacar o para renovar la licencia de conducción. Contacte su Department of Motor Vehicles (DMV) o visite su página web para más información.

En algunos formularios en los cuales preguntan si el aplicante tiene condiciones mentales o físicas las cuales puedan interferir con la habilidad de conducir de manera segura, usted puede estar requerido a contestar “sí”.

Algunos formularios que preguntan si el aplicante ha tenido convulsiones, epilepsia, desmayos, parálisis, ataques del corazón, enfermedad cardíaca, accidente cerebrovascular, u “otras” condiciones médicas en los últimos seis meses. Si usted debe contestar “sí” a alguna de estas preguntas, posiblemente va a necesitar una autorización médica del médico que le maneja su diabetes.

El profesional de la salud puede negarse a firmar la autorización médica si determina que usted no se está monitoreando los niveles de azúcar como es recomendado. Es posible que también recomienden evaluación adicional de otras complicaciones de la diabetes si estas están presentes, ya que estas condiciones pueden necesitar autorización médica de un profesional de la salud de otra especialidad, para determinar que usted puede conducir de una manera segura.

- Supongamos que usted conduce como parte de su trabajo y necesita una licencia de conducción comercial. En este caso, las leyes federales actualmente exigen una evaluación médica hecha por un examinador médico certificado y registrado a nivel nacional, para aquellos con diabetes manejada con insulina. Para más información, visite la página web de la American Diabetes Association (ADA – <https://www.diabetes.org/>) o del US Department of Transportation’s Federal Motor Carrier Safety Administration (FMCSA – www.fmcsa.dot.gov/regulations).

Referencias:

1. American Diabetes, A. (2014). Diabetes and Driving. *Diabetes Care*, 37(Suplemento 1), S97. doi:10.2337/dc14-S097
2. Commercial driver’s license. (n.d.). Extraído Noviembre 04, 2021, de <https://www.diabetes.org/resources/know-your-rights/discrimination/drivers-licenses/commercial-drivers-license>
3. Driver’s license information. (n.d.). Extraído Noviembre 04, 2021, de <https://www.diabetes.org/resources/know-your-rights/drivers-license-information>
4. Qualifications of Drivers; *Diabetes Standard.*, Vol. 82, C.F.R. §391.49 (2018). <https://www.fmcsa.dot.gov/regulations/rulemaking/2018-20161>.
5. Washington University Diabetes Team. (2020). *Driving and Diabetes*. St. Louis, MO.



Copyright © 2025 Pediatric Endocrine Society. The information provided by the Pediatric Endocrine Society (PES) is for educational purposes only and is not intended to replace professional medical advice, diagnosis, or treatment. Patients should always seek the advice of their physician or other qualified healthcare provider with any questions regarding a medical condition or treatment. Clinicians should use their independent clinical judgment in the context of individual patient circumstances. The PES does not endorse any specific tests, products, or treatment protocols mentioned in these materials.