

Iniciando Insulina – una guía para pacientes

SEGUIMIENTO DE LOS RESULTADOS DE AZÚCAR EN LA SANGRE

Es importante que anote sus resultados de nivel de azúcar en la sangre (glucosa). Ayudan a su proveedor de atención médica a saber cómo mantener su nivel de azúcar en sangre dentro de un rango saludable.



Use el registro diario que viene con su medidor de glucosa o un cuaderno.

Lleve su medidor de glucosa a sus visitas médicas.

Ésta es una muestra de cómo anotar sus resultados de nivel de azúcar en la sangre.

Formulario de registro modelo

Registro diario de diabetes									
	Azúcar en la sangre en ayunas	Azúcar después del desayuno	Pastillas o insulina que tomó	Azúcar antes/ después del almuerzo	Pastillas o insulina que tomó	Azúcar antes/ después de la cena	Pastillas o insulina que tomó	Azúcar al acostarse	Notas; ejercicio, viajes, enfermedad
Oct 10	95	160	NPH	101/165	-	98/150		110	Ejercicio
Fecha									
Fecha									

Place label here.

Iniciando Insulina – una guía para pacientes

SEGUIMIENTO DE LOS RESULTADOS DE AZÚCAR EN LA SANGRE

Su nivel de azúcar en la sangre puede cambiar por:

- Lo que usted come
- Si hace ejercicio
- Cuándo toma su medicamento para la diabetes
- Estrés, enfermedad y viajes
- Algunos medicamentos, como esteroides o medicamentos líquidos que contienen azúcar



El rango bueno para los niveles de azúcar en la sangre es:

- **entre 70 y 130 mg/dL antes de una comida**
- **menos de 180 mg/dL dos horas después de una comida**

Pregúntele a su proveedor de atención médica cuáles son **sus** metas respecto del nivel de azúcar en la sangre.

Su rango aceptable de azúcar en la sangre es de _____ mg/dL

Su proveedor de atención médica lo ayudará a decidir cuándo debe controlar su nivel de azúcar en la sangre. Por ejemplo, es posible que deba verificar el nivel de azúcar en la sangre por las mañanas en ayunas, antes de las comidas, después de las comidas y/o a la hora de irse a dormir.

Controle su azúcar en la sangre a las siguientes horas.
