

**Ascensia
ELITE**
Sistema de cuidado de la diabetes



ADecuado PARA
**PRUEBAS EN
MÚLTIPLES SITIOS**

**Ascensia
ELITE XL**
Sistema de cuidado de la diabetes



**Ascensia
BREEZE**
Sistema de monitoreo de glucosa en sangre



**Ascensia
DEX²**
Sistema de cuidado de la diabetes



LA PRUEBA DE GLUCOSA EN SANGRE

DATOS SOBRE LOS CUIDADOS
DE SALUD DE ASCENSIA™



 Bayer HealthCare

Sí, es cierto, usted puede mantener su diabetes bajo control. La prueba de glucosa en sangre es parte esencial del cuidado de la diabetes. Las pruebas de auto-control le permiten comprobar sus niveles de glucosa en sangre y saber si su plan de cuidado está funcionando y verá como muy pronto se convierten en parte de su rutina diaria. Entre mejor capacitado esté para utilizar los resultados de sus pruebas, usted podrá obtener un mejor control. Recuerde... el poder para controlar su diabetes está en sus manos.

Si desea mayor información acerca de las Soluciones Ascensia para el cuidado de la diabetes, o necesita ayuda con respecto al reembolso de sus materiales para pruebas, por favor llame a la línea de ayuda sin cargo de nuestro Servicio de Atención al Cliente:

1-800-348-8100

(a su disposición las 24 horas, los 7 días de la semana).

O si lo prefiere, también puede visitar nuestras páginas web:

www.ascensia.com

www.bayercarediabetes.com

www.ascensiadreamfund.com



El logotipo, cuya revisión fue favorable, indicó que este material ha sido revisado en cuanto a su contenido educativo y no implica el endoso de ningún producto.

Asociación Americana de Educadores sobre la Diabetes

© 2003 Bayer HealthCare LLC, División de Diagnóstico, Tarrytown, NY 10591
www.ascensia.com
www.bayercarediabetes.com
www.ascensiadreamfund.com
0441491 Rev. 5/03

 **Ascensia Care**
Ayuda de la Diabetes de parte de Bayer



Asociación Americana de Educadores sobre la Diabetes

¿En qué consiste la prueba de glucosa en sangre?

La glucosa es un tipo de azúcar que se encuentra en la sangre. La prueba de azúcar (glucosa) en sangre es una parte importante del cuidado de su diabetes. La prueba de glucosa en sangre puede indicarle cuanta azúcar hay en su sangre, en cualquier momento dado. Hay muchos factores que afectan sus niveles de glucosa en sangre. Esta prueba le indicará si su plan de alimentación, medicamentos y ejercicio están funcionando en forma correcta, manteniendo sus niveles de glucosa en sangre bajo control.

¿Quién debe hacerse la prueba de glucosa en sangre?

A las pruebas de glucosa en sangre realizadas en casa se les llama "pruebas de auto-control". La Asociación Americana de la Diabetes recomienda que todos los diabéticos se hagan esta prueba. La diabetes cambia la forma en que su organismo controla los niveles de glucosa en la sangre. El auto-control le ayuda a mantener estos niveles lo más normales posible.

¿Cómo puede ayudarme la prueba de glucosa en sangre?

Usted y su equipo de salud han trazado un plan para controlar la glucosa en sangre. Una de las mejores formas de asegurarse de que su plan está funcionando adecuadamente es el auto-control. Los estudios demuestran que llevar un buen control de la glucosa puede reducir sus riesgos de contraer enfermedades de la vista, enfermedades renales, o daños al sistema nervioso que pueden desarrollarse como consecuencia de la diabetes. El auto-control también le permite conocer las reacciones de su organismo frente a ciertos eventos de la vida diaria. Usted puede saber qué sucede con sus niveles de glucosa cuando está bajo estrés, enfermo, o al hacer ejercicio. El auto-control le permite decidir cómo puede cuidar mejor su salud.



¿Con qué frecuencia debo hacerme la prueba de glucosa en sangre?

Entre más pruebas se haga, más aprenderá acerca del control de sus niveles de glucosa en sangre. Muchos factores afectan sus niveles de glucosa: la alimentación, el ejercicio, los medicamentos, enfermedad y el estrés. Por lo tanto, es importante hacerse pruebas de glucosa en sangre a diferentes horas del día. Los estudios demuestran que el auto-control diario (hasta cuatro veces al día) resulta muy útil para aprender a mantener sus niveles de glucosa bajo control. Llevar un buen control de su glucosa le ayudará a evitar las posibles complicaciones de la diabetes. (Refiérase al folleto Cuidado de la Diabetes.) El auto-control le brinda la información necesaria para evitar niveles demasiado bajos o demasiado altos de glucosa en sangre, día tras día. Su equipo de salud le ayudará a decidir la frecuencia con que debe hacerse estas pruebas.



¿Cuándo debo hacerme la prueba de glucosa en sangre?

Su equipo de salud también le puede ayudar a decidir cuándo hacerse la prueba. Es buena idea hacérsela a distintas horas del día. A continuación encontrará las distintas horas a considerar:

- Antes del desayuno – a cuyo resultado se le llama **glucosa en ayunas**. Ayunas significa que usted no ha consumido alimentos en ocho horas, o más.
- Una a dos horas después del desayuno – a cuyo resultado se le llama **glucosa post-pandrial**
- Antes del almuerzo
- Una a dos horas después del almuerzo
- Antes de la cena
- Una a dos horas después de la cena
- Antes de acostarse
- A las 2:00 ó 3:00 de la mañana, si toma insulina



Es recomendable hacerse pruebas extras cuando:

- Se hagan cambios en su tratamiento
- Empiece a tomar un nuevo medicamento para la diabetes
- Sospeche que su nivel de glucosa sea demasiado bajo o demasiado alto
- Esté enfermo

¿Cómo puedo saber lo que significan los resultados de glucosa en sangre a distintas horas?

Los niveles de glucosa en sangre que se obtienen entre una y dos horas después de las comidas se llaman **post-pandriales**. Los estudios demuestran que los niveles de glucosa en personas diabéticas pueden hasta duplicarse después de las comidas, incluso cuando hayan resultado normales antes de comer. Es importante consultar con su equipo de salud sobre los resultados en ayunas y postprandiales que se desean obtener (resultados objetivo).



Resultados Objetivo de Glucosa en Sangre

Mi resultado objetivo en ayunas es:

Mi resultado objetivo post-pandrial es:

Mi resultado objetivo a la hora de dormir es:

¿Es realmente necesario llevar un registro?

Sí, lleve un registro escrito (diario) de las lecturas de glucosa en sangre. Igualmente, anote la fecha, la hora y si se hizo la prueba antes o después de comer. También son útiles otros datos sobre la dieta, el ejercicio, las medicinas, o cómo se siente. Traiga siempre su diario a las consultas con su equipo médico. Juntos, ustedes pueden buscar patrones en las lecturas glucosa en sangre (refiérase al folleto sobre la prueba de la A1C). Estos patrones le ayudarán a decidir si es necesario hacer ajustes a su plan.

¿Qué puedo hacer para mejorar mi auto-control?

Siga las instrucciones que vienen con su medidor de glucosa. Consulte con su equipo de salud sobre su medidor y la forma correcta de hacer la prueba. Los siguientes consejos le ayudarán a sacar el mejor provecho a sus resultados:

- Mantenga su medidor limpio.
- Almacene sus materiales para la prueba a temperatura ambiente.
- Compruebe la fecha de expiración de los materiales para la prueba.
- Lávese las manos con agua tibia y jabón. Séqueselas bien.
- Ponga sus manos hacia abajo, para que la gravedad haga que la sangre fluya hasta la punta de sus dedos.
- Haga un pinchazo en la parte lateral de uno de sus dedos, con una lanceta nueva y utilizando un dispositivo automático de punción.
- Obtenga una gota de sangre lo suficientemente grande para aplica en la tira de prueba o el sensor de la prueba.
- Registre sus resultados.

