

# CÓMO MEDIR SU NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE

Probar su nivel de azúcar en la sangre a menudo puede ayudarle a controlar su diabetes.

### Pruebe su nivel de azúcar en la sangre regularmente si:

- Está tomando pastillas para la diabetes o insulina
- Está embarazada
- Está viajando
- Cambian sus hábitos alimenticios
- Empiece nuevos medicamentos
- Está enfermo



Su proveedor de atención médica puede decirle que controle su nivel de azúcar en la sangre:

- Al despertarse, antes de desayunar
- Antes de las comidas
- 2 horas después del comienzo de una comida
- Cuando sienta que su nivel de azúcar en la sangre es demasiado alto o demasiado bajo

Un medidor de glucosa es un aparato que mide su nivel de azúcar en la sangre.

### Cómo elegir un medidor de glucosa:

- Pregúntele a su proveedor de atención médica cuál medidor de glucosa es mejor para usted.
- ¿Cuánto cuesta el medidor de glucosa?
- ¿Cuánto cuestan las pilas y las tiras de prueba?
- ¿Su compañía de seguro cubre el medidor de glucosa y los suministros?
- ¿Es fácil de usar?
- ¿Es fácil de programar?
  - Algunos medidores de glucosa tienen un código especial o un chip de computadora que debe cambiarse, o calibrarse, con cada nuevo envase de tiras de prueba.
  - Algunos medidores de glucosa tienen una sustancia de “control” para verificar el funcionamiento del aparato.

# Iniciar la Insulina – Una guía para pacientes

## CÓMO MEDIR SU NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE

Cómo usar el medidor de glucosa:



1. Lávese las manos.
2. Introduzca una tira de prueba en el medidor de glucosa.
3. Pínchese la punta del dedo con una lanceta.
4. Apriete suavemente hasta que se forme una gota de sangre.
5. Toque el borde de la tira de prueba sobre la gota de sangre.
6. A menudo su medidor emitirá un “pitido” cuando haya suficiente sangre.
7. Sus resultados aparecerán en la pantalla del medidor de glucosa.

Anote en un registro o en un cuaderno los resultados de su nivel de azúcar en la sangre y la hora en que se hizo la prueba. Algunos medidores de glucosa guardan los resultados. Asegúrese de aprender cómo usar la función de memoria.

Muéstrele el registro a su proveedor de atención médica en cada visita.

Las mediciones incorrectas son el resultado de:

- Un medidor sucio
- El medidor o la tira de prueba de glucosa no están a temperatura ambiente
- Tiras de prueba viejas o vencidas
- El medidor no está calibrado para el envase de tiras de prueba que se usan con ese medidor
- Hay demasiada o muy poca sangre en la tira de prueba

**Su proveedor de atención médica puede ayudarlo a entender cómo usar su medidor de glucosa.**

Place label here.