

El autocontrol de la diabetes implica tomar decisiones saludables todos los días. Hable con su proveedor de atención médica sobre lo que está haciendo para controlar su diabetes. Tome decisiones positivas. Llevar un buen control del azúcar en la sangre puede marcar una diferencia.

Para obtener más información sobre la diabetes

Llame al 1-800-860-8747

Centro Nacional de Información sobre Diabetes

F-49357S (Rev. 7/09)

Equipo de Atención Médica Especializado en Diabetes

NOMBRE

Proveedor de atención primaria

Especialista en diabetes

Nutricionista

Educador en diabetes

Oculista

Podólogo

Cardiólogo

Dentista

Farmacia

Tengo Diabetes

Quizá esté sufriendo una reacción hipoglucémica (bajo nivel de azúcar) a la insulina o al medicamento para la diabetes.

Si no me puede despertar o no puedo tragar, no intente darme nada para beber. LLAME AL 911.

Si estoy despierto/a pero actúo de manera extraña, déme una gaseosa común, jugo, leche, azúcar común o miel. Si no me pongo mejor después de 15 minutos, LLAME AL 911.

Registro Personal de Atención de la Diabetes

Lleve esta tarjeta a todas sus citas médicas.

Nombre

Dirección

Número de teléfono:

En caso de emergencia, comuníquese con:

Registro Personal de Atención de la Diabetes

Objetivo	Fecha:	Fecha:	Fecha:	Fecha:	Fecha:
A1c <7% – cada 3-6 meses					
Panel de lípidos en ayunas – anualmente					
Colesterol total <200 mg/dL					
Triglicéridos <150 mg/dL					
LDL <70 o <100 mg/dL					
HDL ≥40 mg/dL hombres ≥50 mg/dL mujeres					
Actividad renal – Micro- albúmina en orina <30 mg/g; anualmente. Creatinina sérica para actividad renal, anualmente.	/	/	/	/	/
Examen con pupila dilatada: anualmente					
Examen dental – cada 6 meses Revisión bucal: en cada visita	/	/	/	/	/
Revisión de pies: revisión visual en cada visita. Examen completo de pies: anualmente	/	/	/	/	/
Visita por diabetes: cada 3-6 meses					
Examen físico completo: anualmente					
Presión sanguínea <130/80 mmHg: revisar en cada visita					
Salud emocional/sexual: hablar en cada visita					
Consumo de tabaco: hablar en cada visita					
Gripe – cada otoño					
Neumonía – una vez, según lo indique su proveedor					
Nivel de actividad física: hablar en cada visita					
Nutricionista acreditado: al recibir el diagnóstico, durante 3-4 visitas en 3-6 meses, luego anualmente					
Educación en autocontrol: al recibir el diagnóstico, cada 6-12 meses o según sea necesario					
Análisis casero de azúcar en la sangre: revisar en cada visita					

ANÁLISIS DE LABORATORIO

EXÁMENES/EVALUACIONES

VACUNAS

EDUCACIÓN

Este registro está basado en las Pautas de Wisconsin para el Cuidado Esencial de la Diabetes 2008. Creado por el Grupo Asesor de la Diabetes en Wisconsin del Programa de Prevención y Control de la Diabetes en Wisconsin, División de Salud Pública, Departamento de Servicios de Salud en Wisconsin.