

El autocontrol de su diabetes implica que usted se hace cargo de tomar decisiones saludables todos los días. Hable con su proveedor de atención médica sobre cómo manejar su diabetes. Tome decisiones positivas. Un buen control del nivel de azúcar en la sangre puede hacer una diferencia.

Para más información acerca de la diabetes

**Llame al 1-800-860-8747**

National Diabetes Clearinghouse

F-49357S (Rev. 8/11)

## Equipo de Atención Médica de la Diabetes

### NOMBRE

Proveedor de Atención Primaria

Especialista de la Diabetes

Nutricionista

Educador de la Diabetes

Oculista

Podólogo

Cardiólogo

Dentista

Farmacia

## Tengo Diabetes:

**Puedo tener una reacción de azúcar baja en la sangre debido a la insulina o a las píldoras de la diabetes.**

**Si no me pueden despertar o no puedo tragar**, no traten de darme nada de comer o beber, LLAMEN AL 911.

Si estoy **despierto/a** pero actúo de un modo extraño, me pueden dar un poco de soda regular, jugo, leche, azúcar blanca, o miel. Si no mejoro después de 15 minutos, LLAMEN 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

## PRUEBAS DE LABORATORIO

Objetivo	Fecha	Fecha	Fecha	Fecha	Fecha
A1C <7% - cada 3 a 6 meses					
Perfil de Lípidos en Ayunas - anualmente					
Total de Colesterol <200 mg/dL					
Los triglicéridos <150 mg/dL					
LDL <70 mg/dL o <100 mg/dL					
HDL ≥40 mg/dL hombres ≥50 mg/dL mujeres					
Función Renal – Cociente de Albúmina a Creatinina <30 mg/g - anualmente Creatinina en suero para estimar la función renal (eGFR por sus siglas en inglés) - anualment					

## EXÁMENES

Examen de la vista con dilatación de las pupilas - anualmente					
Examen dental – cada 6 meses					
Revisión bucal – en cada visita					
Revisión visual de pies en cada visita					
Examen completo de pies - anualmente					
Visita por diabetes – cada 3 a 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					

## VACUNAS

Gripe – cada otoño					
Neumonía – una vez, según lo indique su proveedor					

## EDUCACIÓN

Nivel de actividad física – hablar en cada visita					
Nutricionista acreditado – al recibir el diagnóstico, para la 3ra a 4ta visita en un período de 3 a 6 meses, luego anualmente					
Educación de autocontrol – al recibir el diagnóstico, de cada 6 a 12 meses o según sea necesario					
Análisis casero de azúcar en la sangre – revisar en cada visita					

Este registro se basa en las Normas de Cuidado Esenciales de la Diabetes de Wisconsin 2011. Desarrollado por el Wisconsin Diabetes Advisory Group y el Diabetes Prevention and Control Program, Division of Public Health, Wisconsin Department of Health Services.