



mi Herramienta Semáforo

Fecha: _____

Nombre del paciente: _____



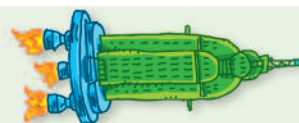
Zona verde: Muy buen control

- ☉ El nivel de HbA1c es inferior a 7.
- ☉ Nivel promedio de azúcar en sangre deseado = inferior a 150.
- ☉ Mayoría de niveles de azúcar en sangre en ayunas = inferiores a 150.

La zona verde significa:

- ☉ Tus niveles de azúcar en sangre están bajo control.
- ☉ Continúa tomando tus medicamentos según las indicaciones.
- ☉ Continúa realizando los controles de rutina de glucosa en sangre.
- ☉ Sigue hábitos alimenticios saludables..
- ☉ Asiste a todas las visitas al médico.

Su nivel HbA1c ideal es: _____



Zona amarilla: Atención

- ☉ El nivel de HbA1c está entre 7 y 9.
- ☉ El nivel promedio de azúcar en sangre está entre 150 y 210.
- ☉ La mayoría de los niveles de azúcar en sangre en ayunas son inferiores a 200.

La zona amarilla significa:

- ☉ Es posible que con tu nivel de azúcar en sangre actual necesites cambiar tus medicamentos.
- ☉ Mejora tus hábitos alimenticios.
- ☉ Aumenta tu nivel de actividad.

Atención



Llama a tu médico si los cambios en tu nivel de actividad o en tus hábitos alimenticios no disminuyen tus niveles de azúcar en sangre en ayunas.

Nombre: _____

Número: _____

Zona roja: Deténte y piensa

- ☉ El nivel de HbA1c es superior a 9
- ☉ El nivel promedio de azúcar en sangre es superior a 210.
- ☉ La mayoría de los niveles de azúcar en sangre en ayunas son muy superiores a 200.

La zona roja significa:

Necesitas ver a un médico. Si tu nivel de glucosa en sangre es superior a _____, sigue estas instrucciones _____

Necesito ayuda inmediata. ¡Llama a tú médico si estás en la zona ROJA!

Llama a tu médico.

Nombre: _____

Número: _____

Mi próxima consulta de control con médico es el: _____

