

COMO ENTENDER LOS RESULTADOS DE LOS NIVELES DE AZÚCAR EN LA SANGRE

¿Por qué debe medirse el nivel de azúcar en la sangre todos los días?

- Para saber si el nivel de azúcar en la sangre está demasiado alto o demasiado bajo
- Para saber cuándo debe de comunicarse con su equipo de atención médica sobre los niveles de azúcar en la sangre

¿Qué significa el resultado del nivel de azúcar en la sangre?

Muy alto	Si el nivel es: Más de 300	Esto es MUY ALTO . Llame a su equipo de atención médica si se mantiene así de alto: <ul style="list-style-type: none"> • Por 24 horas (Diabetes Tipo 1) – examine las cetonas • Por 2 o 3 días (Diabetes Tipo 2)
Demasiado alto	181 – 300	Esto es DEMASIADO ALTO . Llame a su equipo de atención médica si se mantiene alto por más de una semana.
Un poco alto	131 – 180	Esto es UN POCO ALTO antes de las comidas . Salga a caminar o haga una actividad física ligera. Esto es un buen nivel de azúcar si es 2 horas antes del comienzo de una comida .
Meta	80 - 130	Esto es DENTRO DEL RANGO META antes de las comidas.
Demasiado Bajo	Menos de 70	Esto es DEMASIADO BAJO . <ul style="list-style-type: none"> • Coma 3 o 4 tabletas de glucosa O • Beba 4 onzas (1/2 taza) de jugo de fruta o refresco con azúcar (no de dieta) O • Coma 3 a 5 dulces regulares (no de chocolate) que pueda masticar rápidamente (ejemplo: caramelos de goma) Llame a su equipo de atención médica si ha tenido un nivel bajo de azúcar en la sangre más de una vez en la semana o si ha llamado al 911.

Metas recomendadas para los niveles de azúcar en la sangre para adultos:

Prueba	Personas <i>sin</i> diabetes	Personas <i>con</i> Diabetes Meta sugerida por la ADA*
Azúcar en la sangre en ayunas y antes de las comidas	Menos de 100 mg/dl	80 - 130 mg/dl
Azúcar en la sangre 1 o 2 horas después de las comidas	Menos de 140 mg/dl	Menos de 180 mg/dl
Azúcar en la sangre al acostarse	Menos de 120 mg/dl	100 - 180 mg/dl
A1C (promedio del nivel de azúcar en la sangre por 2 o 3 meses)	Menos de 5.7	Menos de 7

*Asociación Americana de la Diabetes

Educación para la diabetes de BSWH del 2020

La información en el presente documento se considera educativa y no se debe usar durante una emergencia médica, ni para el diagnóstico o el tratamiento de un problema médico. Se debe consultar a un profesional médico autorizado para el diagnóstico y tratamiento sea cual sea el problema médico. Llame al 911 para todas las emergencias médicas.