





(55) 8643 4553



atencion@anaidromero.com.mx



<https://anaidromero.com.mx>



Anaid Romero  
Especialista en Medicina Familiar

## INSTRUCCIONES DE LA BITÁCORA DE MONITOREO DE GLUCOSA

- 1.- Sólo se realiza **una toma de glucosa al día**, puede ser **2 o 3 veces a la semana** si está controlado o **diario si tiene mal control**.
- 2.- **Escalonar el horario de medición**. Por ejemplo, lunes ayuno, miércoles después desayuno, viernes antes de comer, domingo después de comer, martes antes de cenar, jueves después de cenar, sábado ayuno.
- 3.- La **glucosa posprandial (después del alimento)** se toma 2 horas después de ingerir el primer bocado de alimento.

### 4.- CIFRAS META PACIENTE DIABÉTICO:

70-130

- Glucosa en ayuno y antes de los alimentos
- ADULTOS MAYORES 90-130

<180

- Glucosa posprandial (2 horas después de los alimentos -primer bocado-)

<7.0%

- Hemoglobina glucosilada (azúcar de 3 meses)
- ADULTOS MAYORES menor a 7.5%

- 5.- En **observaciones** coloque los síntomas que presente, si tomó o no tomó medicamento, si realizó ajuste en su insulina o lo que considere pertinente para informar en la consulta médica.



Av. Ignacio Comonfort 100, Col. La Providencia, Coaxustenco, C.P. 52140, Metepec, México.