









# Pruebas de la diabetes que debe recordar



L.A. Cares About Diabetes®

EXAMEN/PRUEBA	POR QUÉ	CON QUÉ FRECUENCIA/ NÚMEROS OBJETIVO
 <b>Prueba de azúcar en la sangre en el hogar</b>	<p>Le ayuda a usted y a su médico a planificar el tratamiento adecuado. Le ayuda a tomar decisiones diarias sobre alimentos, ejercicio y medicamentos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De una a seis veces al día.</li> <li>• En ayunas o antes de comer: de 80 a 130 mg/dl</li> <li>• Una o dos horas después de comer: menos de 180</li> <li>• Pregúntele a su médico si estos son los mejores números para usted.</li> </ul>
 <b>Prueba A1C</b>	<p>Mide el nivel promedio de azúcar en sangre en los últimos tres meses.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cada 3 a 6 meses</li> <li>• Inferior a 7% para adultos</li> <li>• Inferior a 8% para adultos mayores de 80 años</li> </ul>
 <b>Examen de la vista</b>	<p>Detecta problemas de la vista como cataratas, glaucoma y retinopatía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez al año</li> </ul>
 <b>Colesterol</b>	<p>Mide la sustancia que bloquea el flujo de sangre a sus arterias. El colesterol malo (low-density lipoprotein, LDL) puede causar problemas cardiacos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez al año</li> <li>• Colesterol malo inferior a 100</li> </ul>
 <b>Presión arterial</b>	<p>La presión arterial alta puede causar problemas en sus órganos (riñones, ojos y corazón).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cada consulta médica</li> <li>• Inferior a 140/90</li> <li>• Inferior a 130/80 para adultos con mayor riesgo cardiovascular</li> </ul>
 <b>Prueba renal</b>	<p>Mide la cantidad de proteína en su orina. Le dice a su médico qué tan bien están funcionando sus riñones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez al año</li> </ul>
 <b>Examen de los pies</b>	<p>Le dice a su médico si los nervios de los pies están saludables.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez al año</li> </ul>
 <b>Examen dental</b>	<p>Revisa los dientes, las encías y la boca para detectar problemas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dos veces al año</li> </ul>

Es posible que su médico también le haga una prueba de detección para la depresión y le administre vacunas anuales.

Si tiene preguntas o desea hablar con un enfermero sobre la diabetes, llame a la Línea de L.A. Cares About Diabetes® al 1.877.796.5878 (TTY 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 4 p. m. También puede llamar a la Línea de Enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana, al 1.800.249.3619 (TTY 711) para realizar consultas sin costo sobre atención médica.