

## Estándares de cuidado

### Estándares de cuidado para adultos con diabetes de acuerdo a la Asociación Estadounidense para la Diabetes

Procedimiento	Frecuencia	Último resultado	Objetivo
Visitas de control de la diabetes	2 - 4 veces por año		
A1c - %	2 - 4 veces por año		< 7*
Presión sanguínea – mm/Hg	Cada visita médica		< 140/90
Objetivos de lípidos – mg/dl	Anualmente		Colesterol total < 200 LDL < 100** TG < 150 HDL > 40 (hombres) HDL > 50 (mujeres)
Fondo de ojos	Anualmente		Sin retinopatía
Microalbúmina en orina – mg/g Cr	Anualmente		< 30
Examen de pies	Auto inspección diaria Examen médico anual		Sin úlceras en el pie
Vacuna antigripal	Anualmente		Sin infección
Vacuna antineumocócica	Una vez***		Sin infección
Terapia de aspirina			
No fumar ni usar tabaco			

\* < 6,5 o <8 puede ser adecuado para algunos. Trate el tema con el profesional.

\*\* Menos de 70 mg/dl puede ser un objetivo en personas que padecen una enfermedad cardíaca.

\*\*\* Se recomienda una segunda dosis si tiene 65 años o más Y recibió la primera dosis hace 5 años o más. < significa menor que; > significa mayor que

Objetivo de glucosa en sangre: Antes de las comidas \_\_\_\_\_ 2 horas después de las comidas \_\_\_\_\_  
Hora de dormir \_\_\_\_\_

Si toma insulina o un medicamento que puede hacer que baje el azúcar en sangre:

Siempre lleve azúcar de acción rápida, tal como tabletas de glucosa o jugo de fruta.

Consejos:

Controle sus pies a diario en busca de áreas abiertas o signos de infección.

No fume ni use tabaco y manténgase alejado del humo de segunda mano. Si actualmente fuma, hable con su profesional acerca de los recursos para dejar de fumar.

Cepílese los dientes y use hilo dental dos veces por día. Realícese un control dental por lo menos cada 6 meses.

Siempre lleve puesta la información de alerta médica.

DTC - UCSF