

GLUCONOT

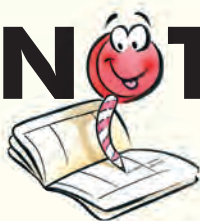
Cuaderno de anotaciones
para el control de la diabetes



A.MENARINI
diagnostics

¿Qué es Gluconot?

GLUCONOT



Es un cuaderno donde podrás anotar los niveles de glucosa, cuerpos cetónicos, pauta de insulina y las raciones de hidratos que tomas. Todos estos datos le serán de gran ayuda al profesional sanitario para conocer a fondo tu diabetes.

Para eso RECUERDA:

1

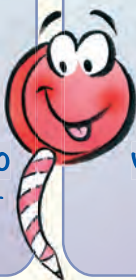
ANOTAR
los valores
en el
momento del
día que
corresponda

2

Registrar
cualquier
suceso
significativo
(ej. hipoglu-
cemia)

3

Llevarla
siempre
cuando
vaya a la
consulta



Datos personales

Nombre y apellidos:

.....

Domicilio:

.....

C. P.: Localidad:

Teléfono:

Teléfono móvil:

Correo electrónico:

Antecedentes

Alergias:

Otras enfermedades:

Medicamentos:

Insulina:

Antidiabéticos orales:

En caso de urgencia avisar a:

.....

.....

Fecha

		LUNES	MARTES	MÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO	
		_____ / _____	_____ / _____	_____ / _____	_____ / _____	_____ / _____	15 / 06	_____ / _____	
		Glucosa	Insulina	Glucosa	Insulina	Glucosa	Insulina	Glucosa	Insulina
DESAYUNO	Antes		B/20						
	Después		R/5						
	Hidratos de carbono								
COMIDA	Antes								
	Después								
	Hidratos de carbono								
MERIENDA	Antes								
	Después								
	Hidratos de carbono			3 r					
CENA	Antes	100					250		
	Después	150							
	Hidratos de carbono								
NOCHE									
CUERPOS CETÓNICOS (mmol/l)							0,2		

Anota el día y el mes

Anota aquí la dosis de insulina, identifica con B la insulina basal y R para la dosis de insulina rápida

Anota aquí las raciones de hidratos de carbono que tomas en la ingesta

Anotar tus resultados es muy sencillo

Marca los resultados de tus pruebas según la hayas realizado. Antes (Preprandial) y/o después (Pospandrial) de las comidas

Anota aquí el resultado de tu medición de cuerpos cetónicos



Observaciones

Fecha

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO					
		_____ / _____	_____ / _____	_____ / _____	_____ / _____	_____ / _____	_____ / _____	_____ / _____					
		Glucosa	Insulina	Glucosa	Insulina	Glucosa	Insulina	Glucosa	Insulina	Glucosa	Insulina	Glucosa	Insulina
DESAYUNO	Antes												
	Después												
	Hidratos de carbono												
COMIDA	Antes												
	Después												
	Hidratos de carbono												
MERIENDA	Antes												
	Después												
	Hidratos de carbono												
CENA	Antes												
	Después												
	Hidratos de carbono												
NOCHE													
CUERPOS CETÓNICOS (mmol/l)													

Observaciones

.....

.....

¿Completaste tu cuaderno?



Hay diferentes maneras para obtener otro Gluconot de forma gratuita, escoge la que más te guste:

- Rellena el cupón de solicitud, recórtalo por los puntos y envíalo por correo a:

A. Menarini Diagnostics
Dpto. Atención al Cliente
Avda. del Maresme, 120
08918 Badalona
Barcelona

- Solicítalo a través de la web:
www.diabetesmenarini.com

- Llamando al número gratuito:
900 301 334

¡Así de fácil y cómodo!

Cupón de Solicitud

Nombre y apellidos:

.....

Domicilio:

.....

Localidad:

C. P.: Provincia:

Teléfono:

Teléfono móvil:

Correo electrónico:

Encuesta

Fecha de nacimiento:

Año de diagnóstico de la diabetes:

Tratamiento con:

Insulina

Bomba de Insulina

Pastillas

Dieta

¿Cuántos análisis haces?

.....al díaa la semana



Encuesta

¿Quién te aconsejó adquirir el medidor?

- Médico Enfermera Farmacéutico
 Amigo o Familiar Otros:.....

¿Qué medidor de glucosa estás utilizando?

- A. Menarini Diagnostics Abbott Bayer
 Roche Lifescan Sanofi

En caso de ser menor de 14 años, cumplimentar los siguientes campos:

Nombre y apellidos del padre/madre o tutor/a legal:

.....
.....

A los efectos de lo que dispone la Ley orgánica 15/1999, de Protección de Datos de Carácter personal, le informamos que sus datos personales facilitados en este cupón de respuesta, van a ser incorporados en un fichero creado bajo la responsabilidad de Menarini Diagnósticos, S. A., con la finalidad de gestionar su petición de Gluconot y remitirle información sobre los productos y servicios que ofrece esta empresa y que puedan ser de su interés. **Si no desea recibir información sobre nuestros productos y servicios, marque esta casilla** . Usted tiene el derecho a acceder a la información que le concierne recopilada en nuestro fichero, rectificarla de ser errónea o cancelarla, así como oponerse a su tratamiento en el siguiente domicilio: Menarini Diagnósticos, S. A., Avda. del Maresme, 120 – 08918 Badalona, Barcelona. Dpto. Administración o a través del correo protecciondatos@menarinidiag.es

Objetivos de control (ADA 2012¹)

Tipo de pacientes con diabetes	Adultos	Embarazadas	Diabetes Gestacional
Glucemia Preprandial	70-130 mg/dL	60-99 mg/dL*	≤ 95 mg/dL
Glucemia Posprandial	<180 mg/dL	100-129 mg/dL	1h ≤ 140 mg/dL 2h ≤ 120 mg/dL
HbA1c	< 7%	< 6%	< 6%
Presión Arterial	< 130/80 mm Hg	110-129/65-79 mm Hg	< 130/80 mm Hg
Colesterol LDL	< 100 mg/dL	< 100 mg/dL	< 100 mg/dL

* En el embarazo estos son los objetivos óptimos de glucemia antes de comer, antes de acostarse y durante la noche.

¹ ADA: American Diabetes Association. Diabetes Care, Volumen 35, Suplement 1, January 2012

Alimentación: Hidratos de Carbono (HC)



En la alimentación de las personas con diabetes, los alimentos ricos en hidratos de carbono (HC) (arroz, pasta, patatas, legumbres, pan, harinas, frutas, etc.) juegan un papel muy importante ya que son los máximos responsables de los niveles de azúcar en sangre.

Las glucemias después de las comidas (posprandial) dependen principalmente de la cantidad y tipo de HC y de la insulina disponible. La adecuada ingesta de HC es, por tanto, una estrategia fundamental para lograr un buen control glucémico.

Para cuantificar la cantidad de HC que tiene un alimento, o bien, que requiere una persona, en el entorno de una alimentación saludable, utilizamos el concepto de RACIÓN (R).

Consideramos que **1 RACIÓN (1 R)** es la cantidad de alimento que contiene **10 g** de hidratos de carbono.

A partir de las raciones de carbohidratos de una comida y teniendo en cuenta otros aspectos como, la actividad física prevista, etc... puede calcularse la cantidad de la insulina que se debe administrar.

Para más información consulta con tu educador/a en diabetes.

Los cuerpos cetónicos son sustancias que se producen cuando el organismo recurre a la combustión de las grasas en lugar de la glucosa para generar energía. Cuando los cuerpos cetónicos se acumulan en la sangre, pueden ocasionar una de las complicaciones más serias de la diabetes, la cetoacidosis diabética.

Interpretación de los resultados de Cuerpos Cetónicos (β -OHB) en sangre:



<0,6 mmol/L

NORMAL

Si el nivel de Glucosa permanece >250 mg/dL 1 ó 2 horas tras la medición, se aconseja volver a controlar el nivel de Cuerpos Cetónicos (β -OHB).



0,6-1,5 mmol/L

NECESIDAD DE INSULINA EXTRA

Es importante seguir los consejos del Profesional Sanitario y seguir controlando los niveles de Glucosa y Cuerpos Cetónicos (β -OHB) dentro del intervalo de 1 ó 2 horas.



>1,5 mmol/L

RIESGO DE CETOACIDOSIS DIABÉTICA (CAD)

Consulte **INMEDIATAMENTE** con el Profesional Sanitario.

Soluciones
para la
diabetes



www.diabetesmenarini.com
www.menadiab.com

Tel. Atención al Cliente
900 301 334