

EL HbA1c Y LAS LECTURAS DIARIAS DE GLUCOSA EN LA SANGRE

¿En qué consisten las pruebas?

La prueba de seguimiento diario muestra el nivel de glucosa del momento mismo en el que el paciente se está haciendo la medición.

Mientras que la prueba HbA1c ofrece una medida del nivel de glucosa durante un periodo de tiempo más largo.

Ambas pruebas son necesaria para un tratamiento eficaz con el que mantener el nivel de glucosa en la sangre bajo control. Sólo así se podrá hablar de prevención o retraso de otros problemas de salud que desencadena la diabetes.

Si el nivel de HbA1c es más alto que el sugerido, el médico realizará cambios en tu tratamiento diabetológico, ya que cuanto más altos sean los niveles de HbA1c más riesgo hay de padecer otros problemas de salud.

Comprueba tu glucemia

La supervisión de la glucosa en la sangre es el principal indicador del que debes ayudarte para controlar tu diabetes. Es el resultado de un análisis de sangre realizado con tu glucómetro. No salgas de casa sin tu glucómetro.

¿Cómo se usa un glucómetro?

Lee las instrucciones del medidor de glucosa. El proceso de forma general es el siguiente:

- 1.- Primero inserta una tirita de prueba dentro del glucómetro.
- 2.- Lávate las manos con un jabón e insertar una lanceta (aguja estéril) en el sistema o dispositivo de punción,
- 3.- Presiona el botón para pinchar la punta de un dedo (se aconseja hacerlo a la parte lateral, ya que es menos sensible) para obtener una gota de sangre.
- 4.- Acerca el dedo a la tirita de prueba del glucómetro de modo que garantice que la gota de sangre obtenida llene la ranura por capilaridad a un nivel suficiente para que el medidor pueda dar una lectura razonable.
- 5.- El resultado aparece en pocos segundos: el valor que muestra la pantalla determinará qué decisiones debes tomar: ingerir alimentos, inyectarte insulina, etc.
- 6.- Anótalo para ver tu seguimiento.

¿Cómo se relaciona mi nivel de HbA1c con mis lecturas diarias de glucosa en la sangre?

La prueba de HbA1c muestra el nivel medio de glucosa en la sangre en los últimos 2-3 meses. Se presenta como un porcentaje (%).

La Asociación Americana de Diabetes recomienda un nivel de HbA1c de menos del 7% para muchas personas con diabetes.

¿Cuáles son los objetivos del tratamiento para la diabetes?

La ADA recomienda un HbA1c de menos del 7% para muchas personas con diabetes. Tu médico puede recomendarte objetivos distintos. Los controles diarios del nivel de glucosa en sangre son importantes para el control a largo plazo. Sigue controlando tu nivel de glucosa en sangre en casa y asegúrate de que revisen tus niveles de HbA1c por lo menos dos veces al año o con la frecuencia que te recomiende tu médico.

Es importante que tengas los niveles de HbA1c y las cantidades diarias de glucosa en la sangre en los valores objetivo que tu médico haya establecido.

Es importante que conozcas:

- ¿Cuál es tu valor de HbA1c?
- ¿Cuál debería ser tu objetivo HbA1c?
- ¿Cómo puedes comprobar tu HbA1c?
- ¿Cómo puedes llegar al nivel?
- ¿Qué debes hacer cuando tu valor de HbA1c es demasiado alto o demasiado bajo?

El contenido que se proporciona en esta página web es información general. En ningún caso debe sustituir ni la consulta, ni el tratamiento, ni las recomendaciones de tu médico.

