

Registro semanal de glucemia capilar

Control y seguimiento diabetológico

Paciente _____ Semana del _____ al _____

Objetivos generales de control

Basal (en ayunas) o antes de las comidas

80 – 130 mg/dl

Posprandial (1 a 2 h tras iniciar la comida)

menos de 180 mg/dl

Anote los valores con bolígrafo. Marque con un asterisco o rodee con un círculo las mediciones en las que haya presentado síntomas de hipoglucemia. Adapte la frecuencia de medición a la pauta médica indicada. Objetivos según los criterios de la SEEN y la SED.

DÍA	DESAYUNO		COMIDA		CENA		NOCHE	OBSERVACIONES
	Antes	2 h después	Antes	2 h después	Antes	2 h después		
Lunes	___/___							
Martes	___/___							
Miércoles	___/___							
Jueves	___/___							
Viernes	___/___							
Sábado	___/___							
Domingo	___/___							

ACTUACIÓN ANTE UNA HIPOGLUCEMIA · glucemia por debajo de 70 mg/dl · la regla del 15 × 15

1

Tome de inmediato 15 g de hidratos de absorción rápida: un sobre de azúcar disuelto en agua o medio vaso de zumo.

2

Espere 15 minutos en reposo y vuelva a realizar una medición capilar.

3

Si la cifra sigue por debajo de 70 mg/dl, repita los pasos 1 y 2.

4

Una vez superados los 70 mg/dl, tome un suplemento de absorción lenta (20 g de pan o 3 galletas tipo María) si falta más de una hora para la siguiente comida.