# Tabla de control de glucosa semanal

antes y después de comer · carbohidratos e insulina · mg/dL

Glucose Log

Nombre _____ Fechas _____

Mis metas de mi equipo médico: antes de comer _____ después de comer _____ mg/dL

Mido después de comer a la: ☐ 1 hora ☐ 2 horas

1. Marca 1 o 2 horas y escribe las metas que te dio tu equipo médico.
2. En cada comida, escribe tu lectura antes de comer, los carbohidratos y tu dosis de insulina, y luego tu lectura después. Anota la hora en la línea debajo de cada lectura.
3. Encierra cualquier lectura fuera de tu rango meta. Lleva esta hoja a cada consulta.

| Fecha | Desayuno | | | | Comida | | | | Cena | | | | Al dormir | Notas |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Antes<br>ayunas, mg/dL | Carbs<br>g | Insulina<br>unidades | Después<br>mg/dL | Antes<br>mg/dL | Carbs<br>g | Insulina<br>unidades | Después<br>mg/dL | Antes<br>mg/dL | Carbs<br>g | Insulina<br>unidades | Después<br>mg/dL | mg/dL | insulina basal, colaciones, actividad |
| | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | |
| | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | |
| | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | |
| | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | |
| | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | |
| | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | |
| | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | | | ___:___ | ___:___ | |

**Preguntas para mi equipo médico**

Formato gratis de **glucoselog.app**
¿Prefieres el celular? Escanea para la app **Glucose Log** para iPhone y Android

Esta hoja es solo para anotar. No calcula dosis de insulina ni es consejo médico: tu equipo médico define tus metas y dosis.