



## Instrucciones para diabéticos para prepararse para su prueba

En el caso de las personas con diabetes, la prueba hará que se pierda una comida y cambiará su plan de comidas habitual. Deberá asegurarse de que está cuidando su glucosa en sangre. Deberá seguir las instrucciones de este folleto además de seguir las instrucciones de *Preparación Para la Prueba Día-por-Día*.

Hay varias cosas que hay que tener en cuenta mientras se prepara para la prueba.

- Compruebe su nivel de glucosa en sangre antes de todas sus comidas y a la hora de acostarse el día antes de la prueba y el día de la prueba.
- Revise su glucosa en la sangre si tiene algún signo de nivel bajo o alto de azúcar en la sangre.
  - **Los signos de un nivel bajo de azúcar en la sangre son:** tener hambre, temblor, nerviosismo, sudor, mareos, somnolencia, confusión, ansiedad y debilidad, así como dificultad para hablar.
  - **Los signos de un alto nivel de azúcar en la sangre son:** tener la boca seca; tener sed; tener que orinar o hacer pis mucho; ver borroso; sentirse fatigado; sentirse somnoliento; perder peso; y tener más hambre de lo habitual.
- Asegúrese de que su prueba está programada para temprano en el día. De esta forma podrá comer después y tomar su medicamento lo más cerca posible de la hora habitual.
- Asegúrese de llamar a nuestra oficina si tiene preguntas sobre cómo prepararse para su prueba.

**No debe consumir más de 45 gramos de carbohidratos (carburantes) en las comidas y no más de 15 a 30 gramos de carburantes en los refrigerios.**

**Aquí está el número de carbohidratos en algunos alimentos y bebidas.**

### **Alimentos y bebidas que tienen carbohidratos/Número de carbohidratos**

Jugo de manzana (4 oz.)	15
Jugo de uva blanca (4 oz.)	20
Bebidas deportivas (8 oz.)	14
Gelatina, normal/azucarada (1/2 taza)	15
Paletas (lea las etiquetas)	15
Hielo italiano, no sorbete (lea la etiqueta)	30
Azúcar (1 cucharadita o 1 paquete)	4
Bebida nutricional clara <i>Enlive</i>	52
Bebida nutricional clara <i>Resource Breeze</i>	53

### **Alimentos y bebidas que no tienen carbohidratos**

Caldo sin grasa, caldo o consomé	Café, pero sin crema o leche
Gaseosa dietética clara, como 7-Up	Té sin azúcar o dietética.
Cola dietética	Seltzer, agua aromatizada

### **Es importante recordar**

- Todas las bebidas, jugos, gelatina y paletas deben ser claras, simples o de color amarillo.
- No deben ser rojas, azules, púrpuras o naranjas.

**1 día (en:**

**) antes de su prueba**

Recuerde que debe seguir las instrucciones de *Preparación Para la Prueba Día-por-Día*, así como estas instrucciones. En este día sólo beberá líquidos claros.

Si toma:	Mañana	Almuerzo/Cena	Noche
<b>Píldoras que traga, o Byetta</b>	Tome su dosis usual	No tome	No tome
<b>Lantus, Levemir, o insulina NPH</b>	Tome su dosis usual		Tome <b>mitad (1/2)</b> de su dosis usual
<b>Humalog, Novolog, Apidra, o insulina regular</b>	Tome <b>mitad (1/2)</b> de su dosis usual	Tome <b>mitad (1/2)</b> de su dosis usual	No tome
<b>Insulina 75/25 o 70/30</b>	Tome <b>mitad (1/2)</b> de su dosis usual	Tome <b>mitad (1/2)</b> de su dosis usual	No tome

**El día (en:**

**) de su prueba**

Si toma:	Mañana	Almuerzo/Cena	Noche
<b>Píldoras que traga, o Byetta</b>	No tome	Tómelo si se ha hecho la prueba y está comiendo	Tome su dosis usual
<b>Lantus, Levemir, o insulina NPH</b>	Tome <b>mitad (1/2)</b> de su dosis usual		Tome su dosis usual
<b>Humalog, Novolog, Apidra, o insulina regular</b>	No tome	Tómelo si se ha hecho la prueba y está comiendo	Tome su dosis usual
<b>Insulina 75/25 o 70/30</b>	No tome	Tómelo si se ha hecho la prueba y está comiendo	Tome su dosis usual