

## Reseña de sus niveles de glucosa en la sangre

Utilice esta tabla para trazar sus niveles de glucosa en la sangre.

Luego hágase las preguntas que siguen.

### Día #1

Cuándo	Hora	Resultado (mg/dL)
En ayunas, antes de comer o tomar medicamentos		
Antes de comer		
2 horas después de comer		
Antes del ejercicio		
Después del ejercicio		

### Día #2

Cuándo	Hora	Resultado (mg/dL)
En ayunas, antes de comer o tomar medicamentos		
Antes de comer		
2 horas después de comer		
Antes del ejercicio		
Después del ejercicio		

### Conteste las siguientes preguntas:

- ¿Están los resultados dentro del rango recomendable?
- ¿Obtuvo algún resultado más alto o más bajo del nivel recomendado?
- ¿Observó algún patrón diario?
- ¿Hay algún momento del día en que la glucosa tiende a estar más alta que el nivel deseable?
- ¿Hay algún momento del día en que la glucosa tiende a estar debajo del nivel deseable?
- ¿Tiene idea de por qué los niveles de azúcar estaban como estaban?