



Pruebas y exámenes importantes para ayudar a controlar la diabetes

El cuidado de la diabetes y la toma de los medicamentos según las indicaciones le ayudarán a controlar su diabetes.

Qué	Por qué es importante	Con qué frecuencia
Prueba de azúcar en sangre A1C	Mantener sus niveles de glucosa (azúcar) en sangre en un rango saludable es importante para controlar su diabetes y prevenir futuros problemas médicos. Una prueba de A1C es un análisis de sangre que muestra el nivel promedio de azúcar en sangre durante los últimos 3 meses y ayuda a su médico a decidir cuáles son las mejores opciones de tratamiento para usted.	Cada 3-6 meses Hable sobre su objetivo individual de A1C con su médico.
Examen de la vista para la diabetes	Con el tiempo, los niveles altos de azúcar en sangre pueden dañar los vasos sanguíneos de los ojos. Esto puede provocar hinchazón y daños en los ojos que pueden provocar mala visión o incluso ceguera.	Anualmente (Una vez al año)
Control de la presión	La diabetes aumenta el riesgo de sufrir enfermedades del corazón. La presión alta significa que su corazón está trabajando más para bombear sangre. Con el tiempo, esto puede aumentar el riesgo de sufrir un ataque al corazón, un derrame cerebral, enfermedades oculares y renales.	En cada consulta Hable con su médico sobre su presión y su riesgo de enfermedad del corazón.
Evaluación de la salud renal	La diabetes es la principal causa de enfermedad renal. La enfermedad renal con frecuencia no presenta síntomas, por eso es tan importante controlar la salud de los riñones con un análisis de sangre y orina.	Anualmente (Una vez al año)
Otras pruebas y exámenes	Pregúntele a su médico si una evaluación de colesterol (lípidos), un examen dental, un examen visual o un examen completo de los pies son adecuados para usted.	Según lo recomendado por su médico

Hable con su médico para programar cualquier prueba o examen que sea pendiente.

Si tiene preguntas o necesita ayuda para programar una cita, llame a nuestro equipo de Administración de atención al miembro al **1-877-222-1240** (TTY 711), de 8 a. m.-5 p. m. de lunes a viernes.



¿Qué significan los números?

Abajo se detallan algunas de las medidas comunes para el nivel de azúcar en sangre A1C, la presión y la orina.

Hable con su proveedor de atención médica sobre sus objetivos y los mejores rangos para usted.

Prueba o examen	Rangos	
	Nivel de control	Número A1C
Prueba de azúcar en sangre A1C^{1,2} La American Diabetes Association recomienda que el objetivo para la mayoría de los adultos con diabetes sea un A1C del 7% o menos.	Normal	5.7% o menos
	Objetivo	Menos del 7%
	Tomar medidas	7% o más
	Hable con su proveedor de atención médica sobre cuál debería ser su objetivo de A1C.	
Presión³ Según lo recomendado por la American Diabetes Association	130/80 mm Hg o menos	
Análisis de orina⁴ Los análisis de orina pueden detectar una cantidad de albúmina en la orina superior a la normal y pueden indicar un problema con los riñones.	Un resultado inferior a 30 mg/dL = normal Un resultado superior a 300 mg/dL se llama "macroalbuminuria" y puede indicar enfermedad renal.	



Adaptado de estas fuentes:

¹ Sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (consultado en junio de 2023, revisión de los CDC en febrero de 2023)

² Sitio web de la American Diabetes Association, Understanding A1C (consultado en junio de 2023)

³ American Diabetes Association, Standards of Care in Diabetes – 2023, Volume 46, Issues Supplement_1

⁴ Sitio web de Medical News Today (consultado en junio de 2023, publicado en enero de 2022), What is the link between microalbuminuria and dietic nephropathy?

Nuestro plan médico cumple las leyes federales de derechos civiles. No discriminamos por motivos de raza, color, país de origen, edad, discapacidad ni sexo. Atención: Si habla español, contamos con ayuda gratuita de idiomas disponible para usted. Consulte el documento adjunto para ver las formas en que puede comunicarse con nosotros. 注意:如果您说中文,我们可为您提供免费的语言协助。请参见随附的文件以获取我们的联系方式。

UN-3499SP/18060-23MEDM