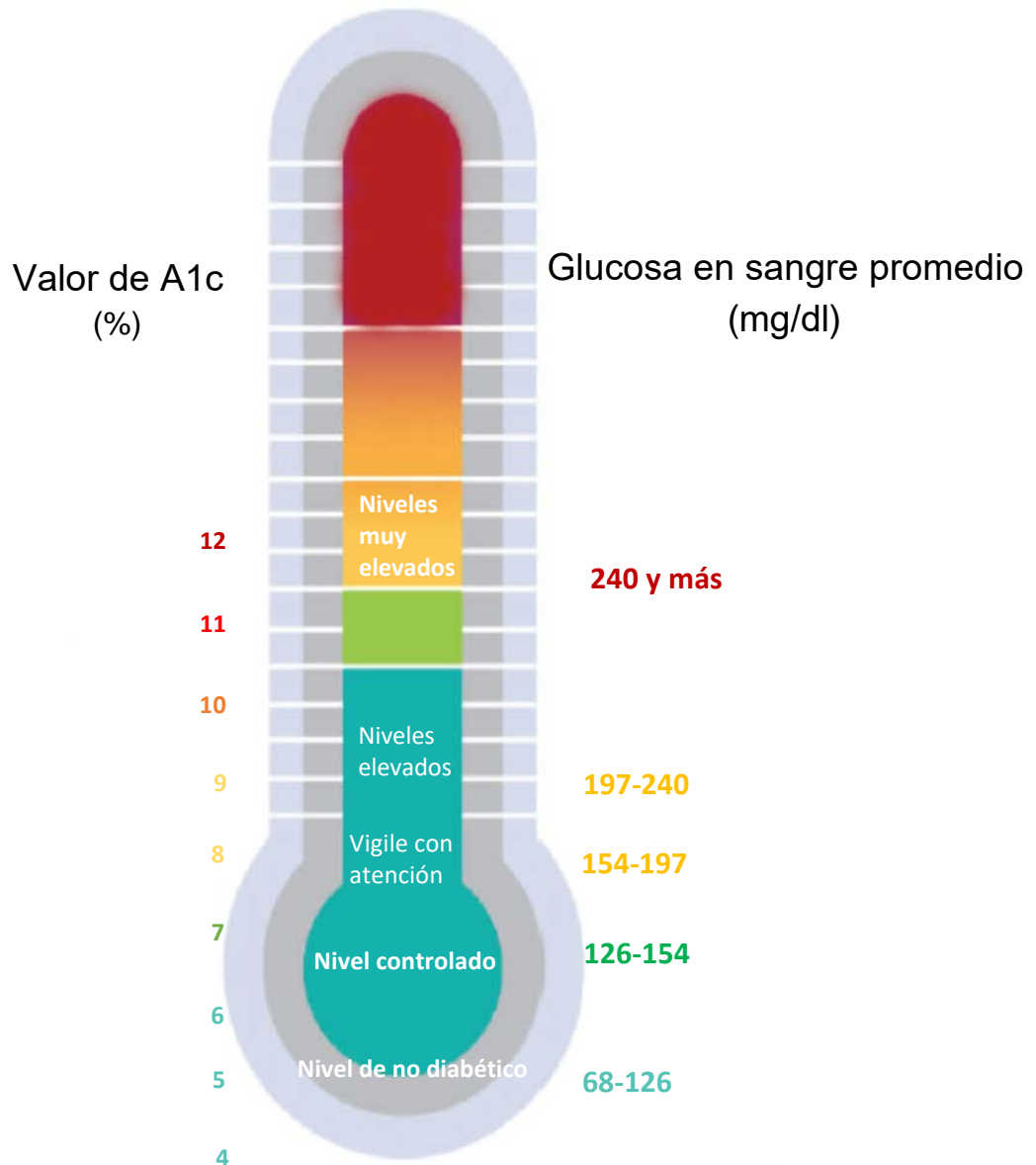


Entender la A1c



Este sencillo análisis de sangre sólo requiere un pinchazo del dedo pero proporciona información importante. Los resultados muestran su nivel promedio de glucosa en la sangre (azúcar en la sangre) durante el últimos dos o tres meses. Cuanto mayor sea su nivel de A1c, su riesgo de desarrollar complicaciones de la diabetes será mayor.

Si su A1c es alta, considere hacer lo siguiente:

1. Comience un plan de alimentación adecuado para usted
2. Sea más activo físicamente en un horario regular
3. Mida su nivel de glucosa en la sangre con frecuencia
4. Tomar insulina si se la recetan
5. Controle su A1c con regularidad