

Tu Plan de Manejo de la Diabetes Tipo 2

Cuando te enteras por primera vez que tienes Diabetes Tipo 2, puedes sentirte abrumado.

Junto a tu equipo médico pueden formular un plan que te ayude a navegar por los retos de la vida diaria con diabetes.

Tu plan ayuda a que logres tus metas de niveles de glucosa (o azúcar) en sangre, y al mismo tiempo te ayude a controlar cualquier problema serio que pueda causar la diabetes.

Ten un papel activo en formular tu plan de manejo que sea mejor para ti.

Debes ser honesto sobre lo que puedes y no puedes hacer.

Para la mayoría, el Plan de Manejo de la Diabetes Tipo 2 incluye: Elegir opciones sanas de alimentos, hacer actividad física, tomar medicamentos si son necesarios, checar tu nivel de azúcar diario, citas médicas regulares, y controlar las complicaciones a largo plazo.

Como parte de tu plan de manejo, tu equipo de la diabetes evaluará tu estado de salud en general y si se deben hacer otros cambios para prevenir o retrasar problemas a largo plazo de la Diabetes.

Por ejemplo, van a evaluar tu riesgo de un ataque al corazón o al cerebro revisando tu presión y colesterol.

Dependiendo de los resultados, tal vez recomienden otros cambios de estilo de vida o medicina para reducir tu riesgo.

Otras complicaciones que evaluarán: enfermedad renal, enfermedad ocular, problemas con los nervios, densidad ósea reducida, y apnea del sueño.

Si tienes apnea del sueño, puede dificultar el control del nivel de azúcar, así que asegúrate que sigues las instrucciones de tu doctor sobre cómo tratarla.

Tu plan diario de manejo de la diabetes, junto a cualquier tratamiento necesario para prevenir o retrasar complicaciones te darán un plan específico para tus necesidades de salud.

Siguiendo este plan, puedes sentirte con la seguridad de que tomas medidas para controlar tu diabetes.

Recuerda, tu equipo de la diabetes estará junto a ti con cada paso que tomes.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.



Tu Plan de Manejo de la Diabetes Tipo 2

La diabetes tipo 2 puede ser abrumadora. Empieza con un plan. Haz cita con tu doctor y establece un plan de manejo que sea específico para tus necesidades para que te sientas mejor ahora y en el futuro.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

