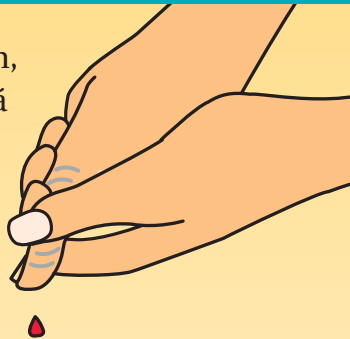


Su Examen de Hemoglobina A1c (A1c)*

Su plan de manejo de la diabetes involucra equilibrar el ejercicio, las comidas y los medicamentos. Otra forma importante de asegurarse de que su diabetes esté en equilibrio es hacerse un **examen de Hemoglobina A1c (A1c)**. Este examen mide la cantidad de glucosa en su sangre durante los últimos 3 meses. Es una manera para que el doctor tenga una medida muy actualizada de su control de la glucosa en la sangre.

Datos acerca del examen

Para este examen, su doctor tomará una pequeña cantidad de sangre. La sangre es enviada luego a un laboratorio para ser examinada. El laboratorio le enviará los resultados a su doctor.



Un buen resultado para este examen es de 6.5%. La obtención de un resultado de más de 6.5% puede significar que necesita hacer cambios en su plan de manejo de la diabetes. Para bajar su A1c:

- cambie su plan de comidas (con la ayuda de un(a) dietista)
- haga más ejercicio y vuélvase más activo(a)
- tome sus medicamentos de acuerdo con lo recetado
- controle muy estrictamente sus niveles de glucosa en la sangre

Para darle una idea de sus resultados, revise su nivel de glucosa en la sangre 2 horas después de una comida.

Otras cosas que debe saber acerca de un examen de A1c

- Todas las personas con diabetes deben hacerse este examen de hemoglobina A1c al menos dos veces al año. (Si el resultado del examen es de más de 6.5%, el examen debe hacerse cada 3 meses).
- Esté consciente del resultado de su examen de hemoglobina A1c y lo que éste significa para usted.
- Un buen resultado en el examen de hemoglobina A1c puede demorar o prevenir problemas serios causados por la diabetes.
- **Este examen no reemplaza la revisión regular de su glucosa en la sangre.**



* También puede ser llamado HbA1c

Su Examen A1c

Mi resultado de A1c es _____

Este cuadro puede ayudarle a aprender más acerca de lo que significa el resultado de su examen de A1c. Si usted no entiende alguna parte, pídale a su doctor o enfermera que se la explique. Si necesita introducir cambios en su plan de manejo para bajar el resultado de su examen de hemoglobina A1c, consulte con su doctor, enfermera o Educador de Diabetes Certificado (EDC).

A1c %	4.0%-6.5%	7.0%-8.5%	9.0%-11.5%	12.0%-14%
Mg/dL	60–120	150–180	200–270	300–360
Su resultado es ...	bajo	ligeramente alto	alto	muy alto
Usted debe ...	seguir adelante con el buen trabajo	hacer cambios a su plan de manejo *	hacer más cambios a su plan de manejo *	hacer muchos cambios a su plan de manejo *

*** Pídale a su doctor o enfermera que le ayuden a preparar aquí una lista de los cambios que debe introducir a su plan de manejo de la diabetes:**

