

Controles de salud para personas con diabetes: guía rápida

¿Qué son los controles de salud para personas con diabetes?

La diabetes puede afectar muchas partes del cuerpo, como el corazón, los riñones, los ojos y los pies. Con el tiempo, esto puede causar otros problemas de salud.

Los controles de salud para personas con diabetes pueden ayudarle a:

- cuidar su diabetes y mantenerse saludable;
- detectar los problemas de salud de forma temprana, cuando es más fácil manejarlos;
- reducir el riesgo de presentar problemas de salud graves relacionados con la diabetes.

Los controles de salud para la diabetes que necesitará



HbA1c

Un análisis de sangre para revisar sus niveles promedio de glucosa en sangre.



Lípidos en sangre

Un análisis de sangre para revisar los niveles de colesterol y otras grasas en la sangre.



Riñones

Análisis de sangre y orina para evaluar la función de los riñones.



Presión arterial

Un control para medir cuánto esfuerzo debe hacer su corazón para bombear sangre.



Pies

Un examen de los pies para detectar cualquier problema relacionado con la diabetes.



Ojos

Un examen de los ojos para detectar cualquier problema ocular relacionado con la diabetes.



Dientes y encías

Un control para ver si sus dientes y encías están sanos.



Peso y cintura

Un control para ver si su peso y su cintura están dentro de un rango saludable.



Otras temas que su médico conversará con usted



Medicamentos que está usando



Alimentación saludable



Actividad física



Dejar de fumar (si fuma)



Salud emocional

Cómo acceder a los controles de salud para personas con diabetes

- Pídale a su médico que le ayude a organizar sus controles de salud para la diabetes.
- En la consulta, su médico puede realizar algunos de estos controles.
- Para otros controles, le derivarán a otro profesional de la salud.
- La mayoría de los controles médicos se hacen una vez al año, pero algunos deberán hacerse con más frecuencia. Pregúntele a su médico con qué frecuencia los necesita.

Resultados

- Después de cada control de salud relacionado con la diabetes, pregunte a su médico si sus resultados se encuentran dentro de un rango saludable.
- Su médico o especialista en diabetes puede ayudarle a elaborar un plan para mejorar sus resultados o para tratar cualquier problema de salud, si fuera necesario.



El NDSS y usted

Para acceder a más recursos (incluidos en su idioma), visite **ndss.com.au** o llame a la Línea de asistencia del NDSS al **1800 637 700**.

Nota: Esta información es solo una guía. No debería sustituir los consejos médicos individualizados. Si tiene alguna preocupación acerca de su salud o preguntas adicionales, puede ponerse en contacto con su profesional de la salud.