

TERAPIA DE INSULINA

LEVEMIR, LANTUS, TOUJEO, TRESIBA O BASAGLAR

Esta insulina de acción prolongada funciona de 24 a 36 horas. Cuidan el azúcar que su cuerpo libera del almacenamiento de su cuerpo.

Comience con la cantidad de unidades que su médico le recomendó por la noche y si el azúcar en la mañana es más de 110, aumente la dosis de insulina en 2 unidades esa noche. Siga aumentando cada noche hasta que el azúcar en ayunas llegue a menos de 110 y luego continúe con esa dosis todas las noches.

Si el azúcar es menos de 90, disminuya la dosis 2 unidades.

Si usted se está aplicando más de 50 unidades por noche, es mejor dividirlo en dos dosis.

HUMALOG, NOVOLOG, ADAMALOG O APIDRA

Esta insulina de acción corta actúa sobre el azúcar producida por los alimentos que vas a comer y dura 4 horas en tu cuerpo. Debe administrarse 15 minutos antes de comer.

Cuanto más coma, más insulina de acción corta tendrá que tomar. El objetivo es que el azúcar dos horas después de comer debe estar entre 140 y 160.

Si el azúcar es más de 160, entonces la cantidad de insulina que tomaste para esa comida no fue suficiente y la próxima vez que comas ese tipo de comida debes aumentarla en 2 unidades de esta insulina.

Si el azúcar es inferior a 140, disminuya la cantidad de insulina.

La mayoría de las personas necesitarán más insulina para la cena, ya que esa es su comida más grande.

Contar Carbohidratos

Si desea tener una mejor idea de cuánta insulina necesita con sus alimentos, es posible que desee contar los gramos de carbohidratos. La mayoría de nosotros comemos el mismo tipo de comida todos los días y no es necesario. Un buen sitio web para contar carbohidratos es

www.calorieking.com

Otra aplicación para teléfonos móviles es www.onedrop.today. Esta aplicación le ayudará a ajustar los alimentos y la insulina. Cuesta \$ 31 por mes y suministran 50 tiras reactivas por mes.