

Diabetes Gestacional

Es importante controlar regularmente tus niveles de azúcar en sangre según las indicaciones de tu médico para ayudarte a tener un embarazo saludable.

Mis objetivos de glucemia:

Antes de comer: menos de 95

1 hora después de comer: menos que 140

2 horas después de comer: menos que 120

Fecha:

Hora:		Desayuno	
Azúcar en sangre antes:	Alimentos consumidos:	Azúcar en sangre 1 hora despues:	Azúcar en sangre 2 horas despues:
Hora:		Almuerzo	
Azúcar en sangre antes:	Alimentos consumidos:	Azúcar en sangre 1 hora despues:	Azúcar en sangre 2 horas despues:
Hora:		Cena	
Azúcar en sangre antes:	Alimentos consumidos:	Azúcar en sangre 1 hora despues:	Azúcar en sangre 2 horas despues:
Hora:		Meriendas	
Azúcar en sangre antes:	Alimentos consumidos:	Azúcar en sangre 1 hora despues:	Azúcar en sangre 2 horas despues:

¡Habla con tu nutricionista de CHN si tienes más preguntas!



Escanea aquí por mas información de la salud



212.545.2400



chnnyc.org



Community
Healthcare Network