



Cuaderno de Insulinización

**Material para uso exclusivo de usuarios de
los productos de la marca OneTouch®**

ONETOUCH®

Los productos OneTouch cumplen con la legislación vigente en materia de productos sanitarios.
Lea atentamente las precauciones y limitaciones en las instrucciones de uso.

Para solicitar cualquier aclaración diríjase a su profesional sanitario

© 2025 LifeScan IP Holdings, LLC. ES-OTB-2500010

Para muchas personas con diabetes, el comienzo del tratamiento con insulina suele ser un paso muy común. Este cuaderno de insulinización está diseñado para ayudar a convertir el proceso de inicio de la administración de la insulina lo más suave y sencillo posible.

¿Qué es la insulina basal?

La insulina basal es normalmente el primer paso en el tratamiento con insulina para las personas con diabetes tipo 2. Funciona como insulina de fondo, ayudando a mejorar su glucemia en ayunas, sus niveles de glucosa en sangre entre las comidas y por la noche cuando se duerme.

Comprobación de su nivel de glucosa en sangre cuando se empieza con insulina



Es importante comprobar su glucosa en sangre en casa cuando comience a administrarse la insulina. Ayuda a su doctor a encontrar la dosis, que mantendrá su glucosa en sangre lo más cercana posible al rango objetivo.

Su doctor puede pedirle que cambie su dosis o la hora a la que se la pone, en base a sus resultados de glucosa en sangre. La comprobación de su glucosa en sangre y la modificación de su dosis prescrita por el doctor, ayuda a ajustar su insulina en función de sus necesidades individuales.

El uso de este cuaderno de insulinización puede ayudarle a usted y a su doctor a encontrar la dosis de insulina basal que mejor le funcione. Continúe comprobando su glucosa en sangre según las recomendaciones de su doctor.

Cómo usar su cuaderno de insulinización

Antes de comenzar con la insulina basal, usted y su doctor deben decidir su dosis inicial y los cambios que pueda necesitar para conseguir adaptar la dosis a las necesidades de su cuerpo.

En este cuaderno hay espacios para que su doctor pueda anotar:

- Su intervalo objetivo de glucosa en sangre
- Su dosis inicial de insulina
- Cuándo y cuánto cambiar su dosis de insulina

Reconocer patrones de glucosa en sangre y seguir las indicaciones de su doctor le ayudará a ajustar su dosis de insulina.

Después de empezar con insulina basal, debería seguir las siguientes indicaciones hasta que consiga alcanzar con regularidad sus niveles objetivo de glucosa en sangre:

1. Cada mañana*, antes de su primera comida, debe medirse su nivel de glucosa en sangre en ayunas y apuntarlo en el espacio de color que coincida con su resultado de glucosa en sangre—**bajo**, **en objetivo**, o **alto**.
2. Póngase y apunte su dosis de insulina para ese día.
3. Repita estos pasos, y después de unos días, puede ser que observe un patrón de resultados “altos” o “bajos”.
4. Según los ajustes basados en las instrucciones de su doctor, puede necesitar aumentar o disminuir su dosis.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	240		210	204	223	
		154				
64						
10	10	10	10	10	12	

Repita los pasos del 1 al 4 con ajustes, si se considera necesario. Su doctor le comunicará cuándo ha alcanzado la dosis correcta.

*Su doctor puede pedirle que se administre su insulina por la mañana o que mida su glucosa en sangre a una hora diferente. Por favor, siga las instrucciones específicas de su doctor.

Uso de la app móvil OneTouch Reveal® para detectar patrones de glucosa en sangre

Además, la app móvil OneTouch Reveal® sincroniza con su medidor OneTouch Verio Reflect® para encontrar y mostrar patrones en sus resultados de glucosa en sangre de manera más detallada que el medidor.

Después de descargarse esta aplicación, no tiene que preocuparse si se olvida de anotar un resultado en su cuaderno de insulinización. Siempre y cuando haya sincronizado su medidor con app móvil OneTouch Reveal®, todos sus datos del medidor son almacenados automáticamente en la app móvil. Puede consultar su app móvil OneTouch Reveal® para encontrar su glucosa en ayunas de un día concreto, así como los patrones en sus resultados de glucosa en sangre.



Registro de insulina basal

Su rango objetivo de glucosa en sangre: _____

Dosis inicial de insulina:

Si tiene resultados **altos** _____ días consecutivos, incremente su dosis _____ unidades

Si tiene resultados **bajos** _____ días consecutivos, disminuya su dosis _____ unidades



Bajo



En objetivo



Alto

En función de su rango objetivo de glucosa en sangre.

Fecha

LunesMartesMiércolesJuevesViernesSábadoDomingo

Dosis de insulina diaria

Fecha

LunesMartesMiércolesJuevesViernesSábadoDomingo

Dosis de insulina diaria

Fecha

LunesMartesMiércolesJuevesViernesSábadoDomingo

Dosis de insulina diaria

Fecha

LunesMartesMiércolesJuevesViernesSábadoDomingo

Dosis de insulina diaria