

# Monitoreo de Glucosa en Sangre y Diabetes Gestacional (GDM)

**Controlarás tu nivel de glucosa en sangre (azúcar en sangre) según tu plan de atención.**

Los horarios a consultar incluyen:

- Cuando te despiertas por la mañana antes del desayuno.
- Una o dos horas después del inicio de las comidas.

\*Si estás tomando insulina, también puedes realizar controles en otros momentos. Trabaja con tu equipo de atención médica para descubrir cuáles son los mejores horarios para ti.



Además de tu plan de alimentación y mantenerte activa, es posible que te receten insulina para manejar tu nivel de glucosa en sangre.



Si estás tomando insulina, tu proveedor de atención médica ajustará la dosis según tus necesidades durante el embarazo.

**Objetivos de glucosa en sangre:**

- Ayuno: <95 mg/dl
- Una hora después de una comida: <140 mg/dl
- Dos horas después de una comida: <120 mg/dl

Sustancias como la vitamina C y el acetaminofeno afectarán los resultados de tu medidor de glucosa en sangre.

