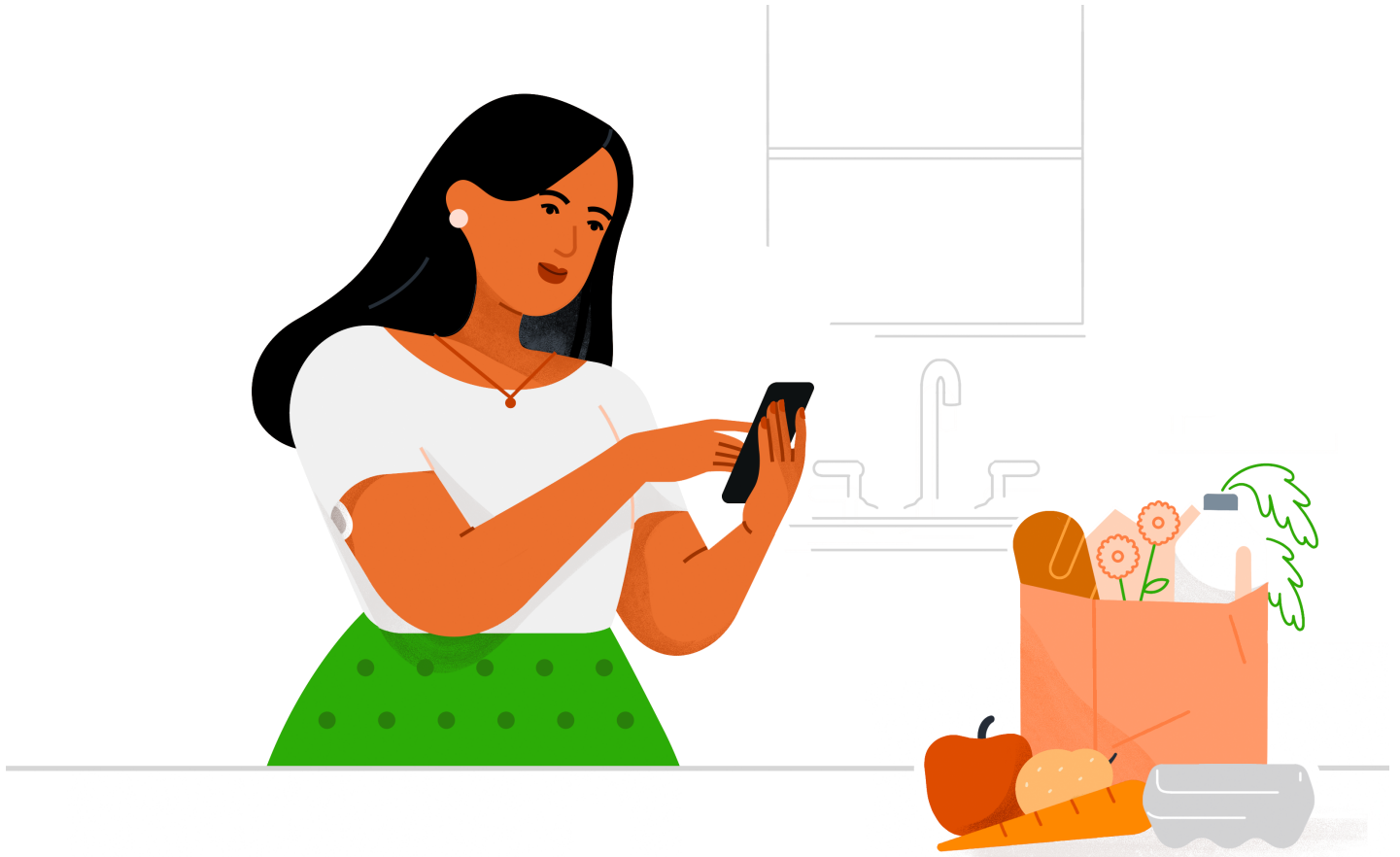


Introducción al MCG: **Usted y su Dexcom G7**



Tiene **una** cuenta de Dexcom; se utiliza para iniciar sesión en:

- ☐ Aplicación Dexcom G7
- ☐ Aplicación Dexcom Clarity
- ☐ Clarity basada en la web

Recuerde su nombre de usuario y contraseña de Dexcom

Mi receta de Dexcom se envió a: _____

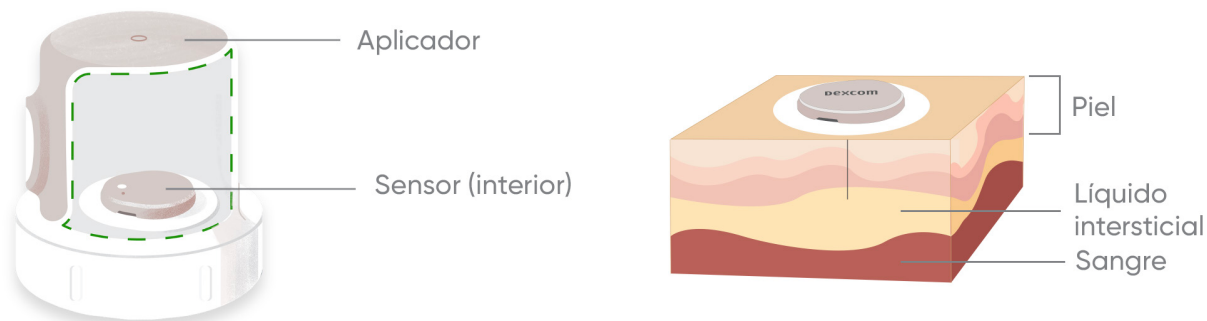
La dirección/número de teléfono es: _____

Rellenar: cada **mes** o **cada 3 meses** (marque una opción con un círculo)

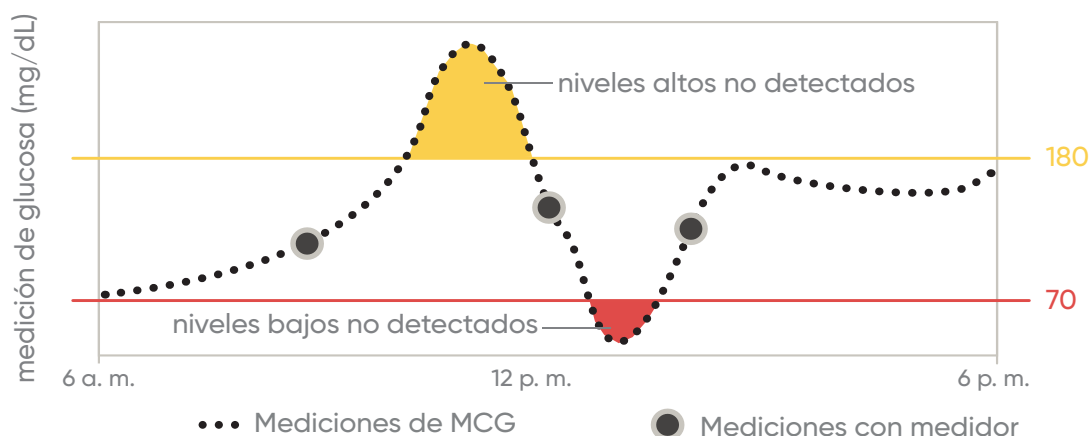
¿QUÉ ES EL MONITOREO CONTINUO DE GLUCOSA (MCG)?

Mediante un sensor insertado debajo de la piel, un MCG le permite ver sus niveles de glucosa en tiempo real, sin necesidad de punciones en los dedos.[†]

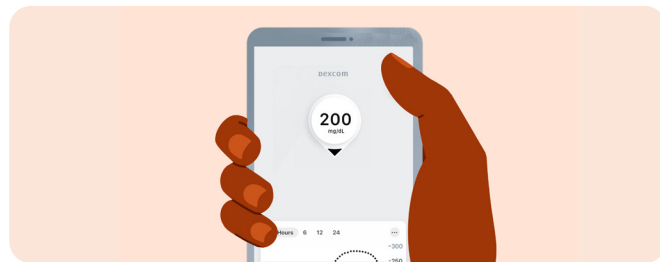
[†] Si los síntomas o las expectativas no coinciden con las mediciones, se requiere una punción en el dedo para tomar decisiones de tratamiento para la diabetes.



¿Cuál es la diferencia entre el MCG y su medidor de glucosa en sangre (medidor)? Su medidor mide los niveles de glucosa en un solo momento, mientras que el MCG los verifica de forma continua durante el día y la noche y puede alertarlo si suben o bajan demasiado.



ESTABLECER LAS EXPECTATIVAS



Es posible que las mediciones de MCG y los valores del medidor no coincidan. Esto es normal. Los MCG y los medidores miden la glucosa de dos tipos diferentes de fluidos corporales: el líquido intersticial y la sangre. **Ambas mediciones pueden ser diferentes y, aun así, considerarse precisas.**

PESTAÑA DE GLUCOSA Y FLECHAS

En la pestaña de glucosa, se muestra la medición de glucosa del sensor, el gráfico de tendencia y la flecha de tendencia.



Las flechas de tendencia indican la velocidad y la dirección en la que se dirige la glucosa. Las flechas de tendencia pueden ayudarle a detectar niveles altos y bajos antes de que tengan lugar.

	Estable		Subiendo o descendiendo
	Subiendo o descendiendo lentamente		Subiendo o descendiendo rápidamente

CÓMO APROVECHAR AL MÁXIMO SU DEXCOM G7*

1. USAR

Cuanto más use su Dexcom G7, mejor comprenderá sus respuestas de glucosa. Utilice su Dexcom G7 para obtener más información sobre cómo le afectan la alimentación, la actividad física y los medicamentos para la diabetes o la insulina.

Factores que afectan los niveles de glucosa de su cuerpo:

- ✓ Alimentos
- ✓ Medicamentos
- ✓ Actividad
- ✓ Dolencia
- ✓ Estrés



2. EXPERIMENTAR



Su Dexcom G7 es una excelente herramienta para descubrir qué alimentos aumentan o no la glucosa. Pruebe diferentes alimentos o actividades y hágase estas preguntas:

- ✓ ¿Qué efecto tuvo ese alimento/comida en mi nivel de glucosa?
- ✓ ¿Hay alguna cosa que haría de otra manera?
- ✓ ¿Cómo cambió esa actividad mi nivel de glucosa?

3. PERSONALIZAR

- ✓ Personalice su Dexcom G7 para adaptarlo a sus necesidades.
- ✓ Alcanzar sus objetivos puede llevarle algún tiempo.
- ✓ Trabaje con su profesional de la salud para establecer metas y objetivos.



Mi objetivo de glucosa antes de las comidas es inferior a: _____

Mi objetivo de glucosa después de las comidas es: _____

¿Cómo le ayudó MCG a alcanzar estos objetivos?: _____

4. PLANIFICAR



Dexcom G7 ofrece configuraciones de alerta personalizadas que pueden ayudarle a alcanzar sus objetivos de glucosa.

- ✓ Consulte a su médico sobre cómo configurar alertas adecuadas para su estilo de vida.
- ✓ Consulte a con su profesional de la salud sobre cuáles deberían ser sus alertas de nivel alto y de nivel bajo.

5. RESPONDER A LAS ALERTAS

Preste atención a las alertas. Al responder a una alerta, tómese un minuto para pensar cuál pudo haber sido la causa. Hágase estas preguntas:

- ✓ ¿Comí más o menos carbohidratos de lo habitual?
- ✓ ¿Estuve más o menos activo de lo habitual?
- ✓ ¿Cuándo tomé por última vez insulina/medicamentos para la diabetes?



Cuando su nivel de glucosa desciende por debajo de su alerta de nivel bajo establecida, el número se vuelve rojo.

Pregúntele a su profesional de la salud cómo tratar un nivel bajo y escriba su respuesta aquí _____

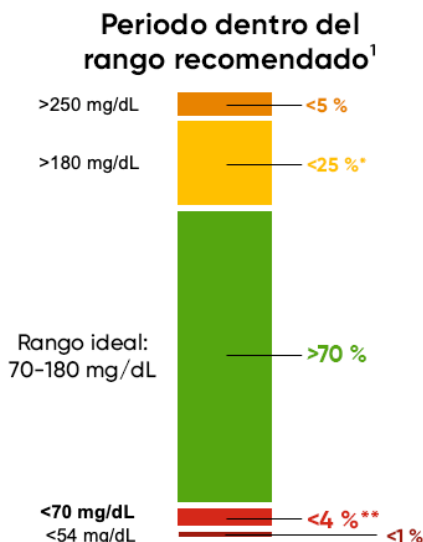
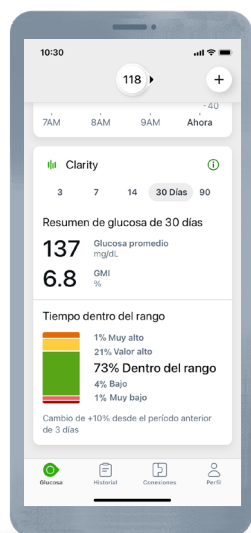


Cuando sus niveles de glucosa superan la alerta de nivel alto establecida, el número se vuelve amarillo.

Pregúntele a su profesional de la salud cómo tratar un nivel alto y escriba su respuesta aquí _____

¿QUÉ ES EL PERIODO DENTRO DEL RANGO?

El periodo dentro del rango (TIR) es la cantidad de tiempo que el nivel de glucosa en su cuerpo permanece dentro de un rango ideal. En la mayoría de las personas con diabetes, el rango ideal es entre 70 y 180 mg/dL[†]. Cuanto más tiempo permanecen los pacientes en la zona verde, mejor informan que se sienten.²



META:
Más verde
Menos rojo

[†] Las recomendaciones del Consenso internacional sobre el periodo dentro del rango de 2019 recomiendan establecer objetivos glucémicos individualizados en el caso de adultos mayores o de alto riesgo, así como concentrarse en reducir el porcentaje de tiempo con un nivel inferior a 70 mg/dL y prevenir la hiperglucemia excesiva.

* Incluye porcentaje de valores >250 mg/dL ** Incluye porcentaje de valores <54 mg/dL

1. Battelino T et al. Diabetes Care. 2019;42(8):1593-1603 2. Vigersky RA, McMahon C. Diabetes Technology Ther 2019;21:81-85 2. Dexcom, datos de EE. UU. en archivo, noviembre de 2020

RECURSOS



Videos y preguntas frecuentes

Encuentre recursos educativos, videos y preguntas frecuentes. Visite la sección "Aprender" de dexcom.com.



Dexcom CARE

Nuestros expertos en diabetes ofrecen clases virtuales para ayudarle a empezar. **1-888-738-3646**; consulte [dexcom.com/dexcom-care for hours](https://dexcom.com/dexcom-care-for-hours).



Soporte técnico

1-888-738-3646

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Breve declaración de seguridad: No utilizar el sistema de monitoreo continuo de glucosa Dexcom G7 (G7) y sus componentes de acuerdo con las instrucciones de uso proporcionadas con su dispositivo y disponibles en <https://www.dexcom.com/safety-information> y no tener en cuenta correctamente todas las indicaciones, contraindicaciones, advertencias y precauciones en esas instrucciones de uso puede hacer que pase por alto una condición de hipoglucemia grave (glucosa baja en sangre) o de hiperglucemia (glucosa alta en sangre), y/o que tome una decisión de tratamiento que pueda causar una lesión. Si las alertas y mediciones de glucosa en sangre de G7 no coinciden con los síntomas, use un medidor de glucosa en sangre para tomar decisiones de tratamiento de la diabetes. Busque consejo y atención médica cuando sea apropiado, incluso para cualquier emergencia médica.