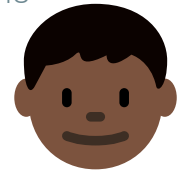


# Hoja de trabajo del ajuste de la dosis de la insulina



No todas estas preguntas tienen solo una respuesta correcta. Algunas tienen la intención de provocarte a pensar en formas de manejar el problema.

Jeff usualmente toma 1 unidad por 12 gramos en todas las comidas. Quiere comer 48 gramos para la comida. ¿Cuánta insulina debe tomar?



Laura usualmente toma 1 unidad de novolog por 10 gramos de carbohidratos en las comidas y añade 0.5 unidades correctivas por cada 50mg / dl de glucosa arriba de 150. El azúcar en su sangre es 220, y quiere comer 46 gramos de carbohidratos. ¿Cuánta insulina debe tomar?



Ted usa una bomba de la insulina. Usa 1 unidad por 6 gramos de carbohidratos y 1 unidad correctiva por cada 50 mg/dl de azúcar en la sangre arriba de 150. Durmió tarde el sábado. El azúcar en su sangre a las 10 de la mañana era 246. No quiso comer nada hasta la comida. ¿Debe tomar insulina ahora? ¿Si es así, cuánto?



Julie toma 1 unidad por 10 gramos y 0.5 unidades correctivas por cada 50 mg/dl azúcar en la sangre arriba de 200. El almuerzo hoy en la escuela es un hot dog en pan, 8oz de leche, una manzana y dos galletas pequeñas. El azúcar en su sangre es 185. ¿Cuánta insulina debe tomar? (Haz una lista de tus cálculos de carbohidratos por cada elección)



Scott está comiendo una botana antes del entrenamiento de fútbol americano. Esto es su primera rutina de ejercicio real de este otoño. Usualmente toma 1 unidad por 8 gramos, y planea desconectar su bomba de insulina durante las 2 horas del entrenamiento. El azúcar en su sangre es 152. ¿Qué debe tomar para cubrir una botana? (Haz una lista de las posibles maneras de manejar esto)



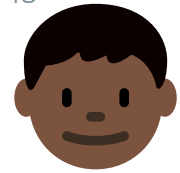
# Hoja de ejercicios del ajuste de la dosis de la insulina



No todas estas preguntas tienen solo una respuesta correcta. Algunas tienen la intención de provocarte a pensar en formas de manejar el problema.

Jeff usualmente toma 1 unidad por 12 gramos en todas las comidas. Quiere comer 48 gramos en la comida. ¿Cuánta insulina debe tomar?

$$1/12 = x/48 \rightarrow 12x = 48 \rightarrow x = 48/12 = 4 \text{ unidades}$$



Laura usualmente toma 1 unidad de novolog por 10 gramos de carbohidratos a las comidas y añade 0.5 unidades correctivas por cada 50mg / dl de glucosa arriba de 150. El azúcar en su sangre es 220, y quiere comer 46 gramos de carbohidratos. ¿Cuánta insulina debe tomar?



$$1/10 = X/46 \rightarrow 10X = 46 \rightarrow 4.6 \text{ unidades Y}$$
$$X = (220-150/50) * .5 \rightarrow (70/50) * .5 = .7 \text{ unidades}$$

totales = 5.3 unidades

Ted usa una bomba de la insulina. Usa 1 unidad por 6 gramos de carbohidratos y 1 unidad correctiva por cada 50mg/dl de azúcar en la sangre arriba de 150. Durmió tarde el sábado. El azúcar en su sangre a las 10 en la mañana era 246. No quiso comer nada hasta la comida. ¿Debe tomar insulina ahora? ¿Si es así, cuánto?

$$((246 - 150) / 50) = X \rightarrow 96/50 = 1.98 \text{ unidades}$$

Sí, Ted debería tomar aproximadamente 2 unidades para corregir su glucosa a 150.



Julie toma 1 unidad por 10 gramos y 0.5 unidades correctivas por cada 50mg/dl de azúcar en la sangre arriba de 200. El almuerzo de hoy es un hot dog en pan, 8oz de leche, una manzana y dos galletas pequeñas. El azúcar en su sangre es 185. ¿Cuánta insulina debe tomar? (Haz una lista de tus cálculos de carbohidratos por cada elección)



Hot dog + pan = 30g o busca la información, 8oz de leche = 12g o busca la info, una manzana = 25g, galletas pequeñas = 15g --> total: 82g

$$1/10 = X/82 \rightarrow 10X = 82 \rightarrow 8.2 \text{ unidades, no se necesita una dosis correctiva}$$

Scott está comiendo una botana antes del entrenamiento de fútbol americano. Esto es su primera rutina de ejercicio real en este otoño. Usualmente toma 1 unidad por 8 gramos, y planea desconectar su bomba de insulina durante las 2 horas del entrenamiento. El azúcar en su sangre es 152. ¿Qué debe tomar para cubrir una botana? (Haz una lista de las posibles maneras de manejarlo)

- reducir la base el día del entrenamiento, asegurar que la última insulina rápida sea 2-3 [sic] antes del entrenamiento
- comer un bocadillo, contar esos carbohidratos
- revisa la glucosa a través del entrenamiento, cada hora
- revisa la glucosa 1 hora después del entrenamiento
- tener una bebida azucarada disponible para aumentar la glucosa

