

# Misión #2



## ESTABLEZCA METAS; ELABORE UN PLAN

- Pregúntele a su médico cuál es la meta de A1C adecuada para usted.
- Trabaje con su médico para elaborar un plan de tratamiento personalizado, que puede incluir lo siguiente:
  - Dieta
  - Ejercicio
  - Medicamentos (si se los recetó su médico)
- Hable sobre con qué frecuencia debe controlar el nivel de azúcar en la sangre y la meta de A1C.

### COMPRENDA EL NIVEL DE A1C

Las personas tendrán diferentes niveles ideales de A1C según sus antecedentes de diabetes y su salud en general. Usted deberá realizarse un análisis de sangre para conocer su nivel de A1C, el cual le indica dos cosas:

- La cantidad promedio de azúcar en la sangre durante los últimos dos a tres meses.
- Qué tan lejos o cerca está de alcanzar su meta de A1C.

**DESAFIANDO**  
**LA DIABETES** LOGRA  
TUS  
METAS

 **MERCK**

DIAB-1110874-0016 05/14