








	Antes del desayuno 			Antes del almuerzo 			Antes de la cena 			Antes de acostarse 			Notas: 
Fecha	<u>Insulina:</u> Rápida: Lenta:			<u>Insulina:</u> Rápida:			<u>Insulina:</u> Rápida:			<u>Insulina:</u> Lenta:			
	Hora	Azúcar	Insulina	Hora	Azúcar	Insulina	Hora	Azúcar	Insulina	Hora	Azúcar	Insulina	

¿Cómo usar mi glucometro Guide?	¿Qué puedo comer y beber?			¿Cómo me puede ayudar la insulina?
				
<a href="https://bit.ly/Guide-Esp">Bit.ly/Guide-Esp</a>	<a href="https://bit.ly/Dieta1-Esp">Bit.ly/Dieta1-Esp</a>	<a href="https://bit.ly/Dieta2-Esp">Bit.ly/Dieta2-Esp</a>	<a href="https://bit.ly/BebidaConAzucar">Bit.ly/BebidaConAzucar</a>	<a href="https://bit.ly/InsulinIntro-Spa">Bit.ly/InsulinIntro-Spa</a>

Más información: [sfghdiabetes.org](https://sfghdiabetes.org)