

PLAN DE ACCIÓN PARA EL MANEJO DE LA DIABETES

¿Qué es lo que más le preocupa de la diabetes?

¿Qué es lo más importante para usted en el manejo de su diabetes?

Elija entre 1 y 3 objetivos que pueda lograr durante las próximas dos semanas:

- ☐ Hablar con mi proveedor
- ☐ Pedirle a mi proveedor una referencia para hablar con un educador en diabetes o un dietista certificado
- ☐ Aprender más sobre la diabetes y su manejo
- ☐ Monitorear mi nivel de azúcar en la sangre
- ☐ Ser mas activo
- ☐ Manejar el estrés/Practicar cuidado personal
- ☐ Practicar la planificación de comidas
- ☐ Dejar de fumar
- ☐ Tomar los medicamentos que me recetó mi proveedor
- ☐ Otro:

Algunas cosas que pueden impedirme completar mis objetivos son:

Si esto sucede, haré lo siguiente:

Mis personas de apoyo son:

¿Qué tan seguro está de que puede seguir este plan?

- ☐ Muy Seguro
- ☐ Seguro
- ☐ Algo Seguro
- ☐ No estoy seguro en absoluto

MI EQUIPO DE ATENCIÓN

Obstetra:

Proveedor(a) de casos de mihp:

Trabajador de salud comunitario:

