



Diario de mi tratamiento



Registro de mi **proceso semanal**

Primero

lo primero...

Registre sus datos

Nombre:

.....

Nombre de su médico:

.....

Contacto de su médico:

.....

Las metas que establecí con mi médico

HbA^{1c} (Hemoglobina glicosilada):

.....

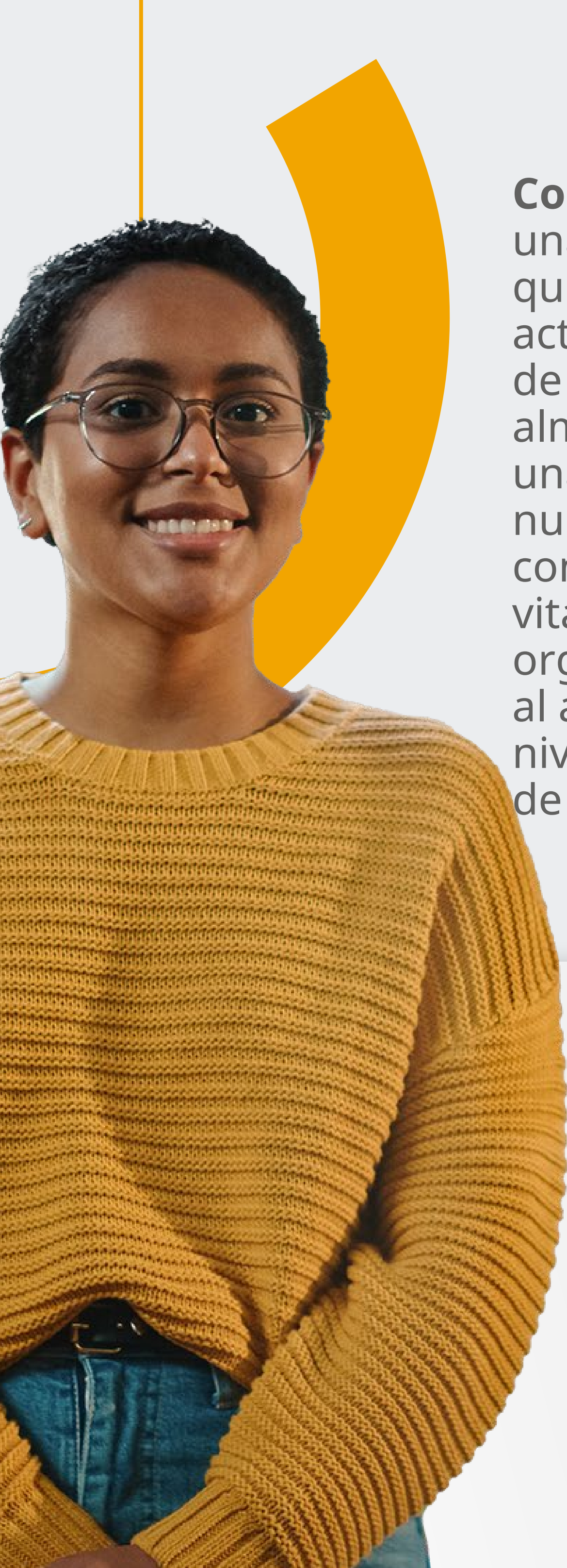
Peso:

.....



¿Qué es la diabetes

tipo II?



Como sabe, nuestro cuerpo realiza una serie de procesos para garantizar que podamos llevar a cabo nuestras actividades diarias con energía. Una de estas funciones consiste en almacenar glucosa y convertirla en una fuente de energía esencial para nuestra rutina diaria. En este contexto, la insulina, una hormona vital producida por el propio organismo, desempeña un papel vital al ayudarnos a mantener nuestros niveles de glucosa en sangre dentro de un rango saludable.

La diabetes tipo 2 está relacionada con la manera en la que nuestro cuerpo responde a la insulina y utiliza la glucosa almacenada. En este tipo de diabetes, nuestro organismo no utiliza la insulina de la manera en que se espera.

Como consecuencia de esto, el páncreas comienza a producir más insulina de la necesaria con el fin de mantener los niveles de azúcar en sangre dentro de un rango normal. Sin embargo, con el paso del tiempo, la cantidad de insulina producida resulta insuficiente, lo que da como resultado niveles elevados de glucosa en la sangre.

Así que, cuando los niveles de azúcar en sangre aumentan y se mantienen elevados durante un período prolongado, esto puede tener efectos perjudiciales. Por esta razón es muy importante mantener los niveles de azúcar en sangre dentro de los límites normales.

A photograph of a middle-aged man with a full grey beard and balding head, smiling broadly. He is wearing a dark blue athletic t-shirt and has his arms raised, stretching his hands behind his head. He is wearing a gold watch on his left wrist and a silver ring on his right hand. The background is a solid orange color with white geometric lines.

¿Qué es
Victoza®

(liraglutida)?

Victoza® (liraglutida) es un medicamento inyectable recetado que, junto con dieta y ejercicio, ayuda reducir la glucosa en la sangre en adultos y niños de 10 años de edad o más con diabetes mellitus tipo 2.

Este medicamento no es apto para uso en personas con diabetes tipo 1.

¿Cómo funciona?

Actúa de 3 maneras para reducir la glucosa en la sangre:



Estómago: cuando los alimentos salen del estómago demasiado rápido después de comer, los niveles de azúcar en la sangre pueden aumentar fuera de rango. Victoza® ayuda a ralentizar este proceso.



Hígado: cuando el hígado produce demasiada azúcar, Victoza® ayuda a regular esta producción.



Páncreas: cuando su nivel de azúcar en sangre es demasiado alto, Victoza® ayuda al páncreas a producir insulina.

¿Cuál es la presentación de liraglutida?

La pluma Victoza® contiene 18 mg y podrá administrar 30 dosis de 0,6 mg, 15 dosis de 1,2 mg o 10 dosis de 1,8 mg. **La cantidad de dosis que dependerá de la dosis del medicamento que le recetaron.**





¿Cómo debe administrar Victoza®?

Puede administrarlo a cualquier hora del día, con o sin alimentos. Para obtener mejores resultados, es mejor adoptar una rutina en la que lo tome a la misma hora todos los días. En poco tiempo, tomarlo puede convertirse en una parte más de su día.

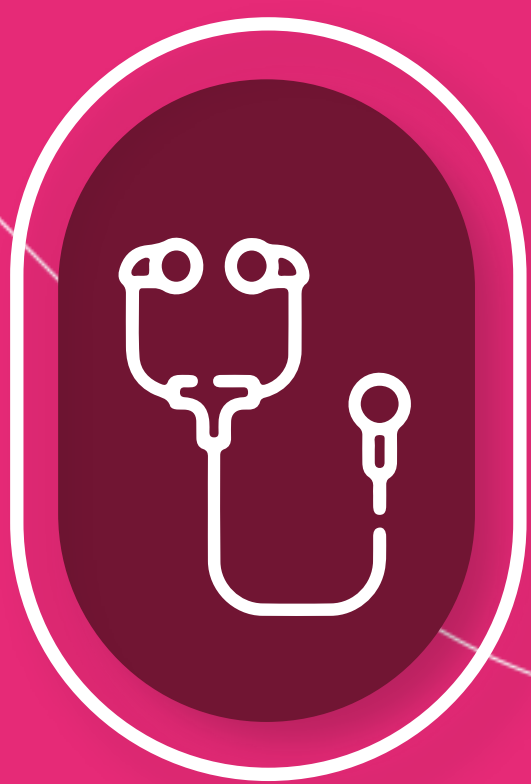
¿Cómo pueden ayudarle

los controles frecuentes de azúcar en la sangre?

Controlar usted mismo su nivel de azúcar en la sangre es una parte importante del control de la diabetes. Verificar con frecuencia le dirá:

Si su insulina u otro medicamento para la diabetes está funcionando.

Cómo la actividad física y los alimentos que consume afectan su nivel de azúcar en la sangre.



Por lo general, se sentirá mejor y tendrá más energía cuando su nivel de azúcar en la sangre se mantenga en, o cerca de lo normal. Controlar el nivel de azúcar en sangre también puede reducir el riesgo de desarrollar problemas derivados de la diabetes.

A smiling woman with short grey hair, wearing a white tank top, is the central figure. The image is overlaid with a semi-transparent pink filter. A large, thick yellow arrow points from the left side towards the right, partially overlapping the woman and the text. The background is a soft-focus indoor setting.

**Acá comienza
su compromiso**
con llevar un estilo
de vida más sano

Este diario tiene el propósito de **acompañarlo en su proceso**, acá podrá llevar un registro de su tratamiento con liraglutida, anotando su dosis semanal, peso y **más detalles importantes para su proceso**.

Cómo utilizar el rastreador de azúcar en sangre

- Anote la fecha del inicio de la semana. Puede comenzar a realizar el seguimiento cualquier día de la semana.
- Escriba los nombres y las dosis de sus medicamentos para la diabetes.
- Escriba la hora y las lecturas de azúcar en sangre en los espacios “antes” y “después”. Las lecturas después de las comidas generalmente se toman entre 1 y 2 horas después de comenzar a comer. Las lecturas nocturnas se pueden tomar durante la noche según sea necesario.
- Si está contando carbohidratos, escriba cuántos gramos de carbohidratos comió.
- Si su médico le indicó que use insulina a la hora de comer, escriba cuántas unidades usó.
- Agregue notas sobre cualquier otra cosa que podría querer realizar un seguimiento (como la presión arterial o el peso).

Acá un ejemplo de cómo puede llevar su diario:

Semana 1

¿Administré mi dosis?	Mi dosis de liraglutida fue de	Hora de mi dosis
☐ Sí ☐ No	0,5 mg	12:00 a.m.
Esta semana me sentí...	Esta semana pensé sobre	
 Feliz  Tranquilo  Ansioso  Desmotivado Otro:	Lo orgulloso que me siento de mi proceso	
¿Qué espero de la siguiente semana?		
Ver a mi familia y contarles sobre mis avances		

Al asumir este compromiso, se está comprometiendo a dar lo mejor de sí mismo. Tómese un momento para reflexionar sobre las metas que le gustaría alcanzar. **¡Todo se vale!** Puede ser desde comprender mejor sus niveles de azúcar en sangre, hasta dar pasos hacia **una vida más saludable** mediante pequeños cambios en su estilo de vida.

Escriba la promesa que se hace a sí mismo

en la tarjeta de compromiso, puede **incluir sus metas personales** al igual que las que ha acordado con su médico.



Me comprometo a...

¡Pondré todo mi empeño

en hacer que se cumpla!

.....

Nota:



Sea lo más específico posible en su compromiso, por ejemplo, “Me comprometo a caminar al trabajo todos los días” o “Me comprometo a usar las escaleras en lugar del ascensor”.

Puede colocar esta tarjeta en un lugar donde la vea con frecuencia, para que le recuerde su compromiso y lo motive en su proceso.

.....

¡Comencemos!

Mis primeras **4 semanas**
de tratamiento

Semana 1

¿Administré mi dosis?	Mi dosis de liraglutida fue de	Hora de mi dosis
☐ Sí ☐ No		
Esta semana me sentí...	Esta semana pensé sobre	
 <i>Feliz</i>  <i>Tranquilo</i>  <i>Ansioso</i>  <i>Desmotivado</i> Otro:		
¿Qué espero de la siguiente semana?		

Semana 2

¿Administré mi dosis?	Mi dosis de liraglutida fue de	Hora de mi dosis
☐ Sí ☐ No		
Esta semana me sentí...	Esta semana pensé sobre	
 <i>Feliz</i>  <i>Tranquilo</i>  <i>Ansioso</i>  <i>Desmotivado</i> Otro:		
¿Qué espero de la siguiente semana?		

Semana 3

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 4

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?



iGran trabajo!



*¡Ha completado sus primeras
cuatro semanas!*

Tenga en cuenta que

es posible que experimente algunos efectos adversos mientras su cuerpo se adapta a esta dosis más alta.

La mayoría de las personas que sienten náuseas, son de leves a moderadas y disminuyen con el tiempo. Si siente náuseas, aquí hay algunas cosas que pueden ayudar:

- Consuma alimentos blandos como galletas saladas, tostadas y arroz.
- Consuma alimentos que contengan agua como sopas y gelatina.
- No se acueste después de comer.
- Tome un poco de aire fresco afuera.
- Deje de comer tan pronto como empiece a sentirse lleno.



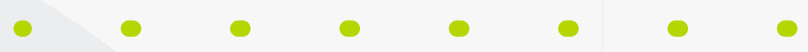
Si las náuseas son intensas, llame a su profesional de atención médica. Otros efectos secundarios comunes de Victoza® pueden incluir diarrea, vómitos, disminución del apetito, indigestión y estreñimiento. Hable con su médico sobre cualquier inquietud que pueda tener. No deje de tomar Victoza® ni se salte una dosis sin consultar con un profesional de la salud.

Para la tercera semana con Victoza®, es posible que sus niveles de azúcar en la sangre ya estén comenzando a bajar. Si ve una diferencia, ¡es una gran noticia! Los estudios han demostrado que Victoza® ayuda a reducir el azúcar en sangre en adultos con diabetes tipo 2 en tan solo 2 semanas. Si su nivel de azúcar en sangre no ha bajado en la semana 3, no se desanime. Siga así y es probable que pronto vea una diferencia.

A continuación, escriba todas las observaciones sobre su tratamiento este mes incluyendo las reflexiones, pensamientos y preocupaciones que tuvo. **Estas servirán para discutir las con su médico.**



Este mes....



¡Continuamos!

Inicie con
su quinta semana

Semana 5

¿Administré mi dosis?	Mi dosis de liraglutida fue de	Hora de mi dosis
☐ Sí ☐ No		
Esta semana me sentí...  Feliz  Tranquilo  Ansioso  Desmotivado Otro:	Esta semana pensé sobre 	
¿Qué espero de la siguiente semana? 		

Semana 6

¿Administré mi dosis?	Mi dosis de liraglutida fue de	Hora de mi dosis
☐ Sí ☐ No		
Esta semana me sentí...  Feliz  Tranquilo  Ansioso  Desmotivado Otro:	Esta semana pensé sobre 	
¿Qué espero de la siguiente semana? 		

Semana 7

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 8

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 9

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 10

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?



¡Bien hecho!



*¡Ya ha completado su
décima semana!*

¿Ha percibido algún cambio en su estado de salud?

En el transcurso de las próximas cuatro semanas, su médico evaluará si es pertinente ajustar la dosis administrada. La decisión final **dependerá de sus necesidades individuales**, pudiendo mantenerse la dosis actual de 0,5 mg o incrementarla a 1,0 mg.

Le recomendamos **seguir en todo momento** las indicaciones de su médico tratante.

Revisemos sus logros de:

Hemoglobina glicosilada (HbA1C)

.....

Valor: _____ % **Fecha:** _____

Peso: _____ kg **Fecha:** _____



Escriba todas las observaciones sobre su tratamiento este mes incluyendo las reflexiones, pensamientos y preocupaciones que tuvo. **Estas servirán para discutir las con su médico.**

Este mes....



¡Sigamos!

Inicie con su undécima semana

Semana 11

¿Administré mi dosis?

SíNo

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

 Feliz

 Tranquilo

 Ansioso

 Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 12

¿Administré mi dosis?

SíNo

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

 Feliz

 Tranquilo

 Ansioso

 Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 13

¿Administré mi dosis?

SíNo

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 14

¿Administré mi dosis?

SíNo

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 15

¿Administré mi dosis?

SíNo

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

 Feliz

 Tranquilo

 Ansioso

 Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 16

¿Administré mi dosis?

SíNo

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

 Feliz

 Tranquilo

 Ansioso

 Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 17

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 18

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 19

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 20

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 21

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 22

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 23

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 24

¿Administré mi dosis?

Sí

No

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 25

¿Administré mi dosis?

SíNo

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

Semana 26

¿Administré mi dosis?

SíNo

Mi dosis de liraglutida fue de

Hora de mi dosis

Esta semana me sentí...

Feliz

Tranquilo

Ansioso

Desmotivado

Otro:

Esta semana pensé sobre

¿Qué espero de la siguiente semana?

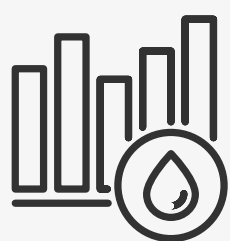


Registrando
mis glucometrías

Uno de los pasos fundamentales para el control de la diabetes es el monitoreo de su nivel de glucosa en sangre*.

.....

Esta práctica *le permitirá:*



Evaluar su progreso en relación con los objetivos generales de **tratamiento**.

.....

.....

Comprender la influencia de la dieta y el ejercicio en sus niveles de azúcar en sangre.

.....



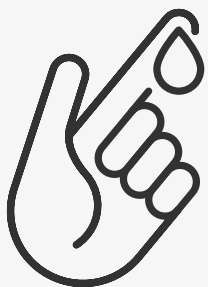
Analizar cómo diversos factores, como enfermedades o situaciones de estrés, afectan sus niveles de glucosa.

.....

.....

Supervisar el impacto de los medicamentos para la diabetes en sus niveles de glucosa.

.....



Detectar tanto niveles elevados como bajos de glucosa.

.....

*Consulte con su médico tratante la necesidad de **realizar un automonitoreo de glucometrías**.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste

 *Línea azul= Comida

Hora	Metas para las personas con diabetes	
Antes de las comidas	Registro de azúcar en la sangre	Entre 80 a 130 mg/dL ² (4.44 - 7.2 mmol/L)
Después de las comidas	Registro de azúcar en la sangre	Inferior a 180 mg/dL (Inferior a 10 mmol/L)

2. Ref. <https://diabetes.org/espanol/diagnostico>

¿Cómo llevar un registro de mis glucometrías?

1. Escriba la fecha.
2. Escriba sus valores de azúcar en sangre al despertarse.
3. Especifique cómo fue su alimentación.

Siga siempre las instrucciones dadas por **su médico.**



¡Iniciemos!

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							
2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Alta en proteína	Alta en proteína	Alta en proteína	Alta en proteína	Alta en proteína	Alta en proteína	Alta en proteína
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Alta en carbohidratos	Alta en carbohidratos	Alta en carbohidratos	Alta en carbohidratos	Alta en carbohidratos	Alta en carbohidratos	Alta en carbohidratos
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Alta en grasas	Alta en grasas	Alta en grasas	Alta en grasas	Alta en grasas	Alta en grasas	Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Feliz	Feliz	Feliz	Feliz	Feliz	Feliz	Feliz
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Neutral	Neutral	Neutral	Neutral	Neutral	Neutral	Neutral
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	Triste	Triste	Triste	Triste	Triste	Triste	Triste



*Línea azul= Comida

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste

 ***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste

 ***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Fecha							
Antes de la comida							



2 horas después de comer							
¿Cómo fue mi alimentación hoy?	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas	Alta en proteína Alta en carbohidratos Alta en grasas
¿Cómo me sentí hoy?	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste	Feliz Neutral Triste



***Línea azul= Comida**



**¡Excelente
trabajo!**

Continúe registrando las dosis de Victoza® según las indicaciones proporcionadas por su médico. A medida que avance en su tratamiento, **es importante** tener presente que su médico tratante **podría establecer nuevas metas para su terapia.**



Mis nuevas metas:

• • • • • • • • • •

Ha establecido las bases necesarias para alcanzar el éxito. **¡Siga adelante!**

Nuestro programa de apoyo a pacientes

NovoDía

Dentro de nuestro programa de apoyo a pacientes denominado NovoDía, ponemos a su disposición la posibilidad de comunicarse con el educador de su región.

Contacto Call center	Teléfono	Horario laboral
Guatemala	(502) 2278-6755	Lunes a viernes 7:00 a. m. a 6:00 p. m. Sábados 8:00 a. m. a 3:00 p. m.
Honduras	(504) 2263-2888	
Costa Rica	(506) 4001-8475	
Paraguay	(595)217289241	Lunes a viernes: 9:00 a. m. a 9:00 p. m. Sábados: 9:00 a. m. a 6:00 p. m.
Rep. Dominicana / Santiago	1(829) 947-6550	Lunes a viernes 9:00 a. m. a 8:00 p. m. Sábados 10:00 a. m. a 5:00 p. m.
Rep. Dominicana /Santo Domingo	1(829) 946-0085	
Panamá	(507) 833-7427	Lunes a viernes 8:00 a. m. a 7:00 p. m. Sábados 9:00 a. m. a 4:00 p. m.



Referencias:

1. Diagnóstico | ADA (diabetes.org).<https://diabetes.org/espanol/diagnostico>
2. Diagnóstico. (s/f). Diabetes.org. Recuperado el 16 de mayo de 2024, de <https://diabetes.org/espanol/diagnostico>

Registro sanitario de Victoza®: Guatemala PF-46583. Honduras HN-BT-0619-0005. República Dominicana 2015-1074. Costa Rica MB-DK-18-00010. Panamá 93210.

Paraguay 22268-02-MB. Perú Victoza® R.S. N°.: BE-00965. Material educativo dirigido a pacientes cortesía de Novo Nordisk CLAT. Novo Nordisk®, Novo Día® y Victoza® son marcas registradas propiedad de Novo Nordisk A/S. Material revisado y aprobado por la Dirección de Asuntos Médicos Regulatorios y Legales de Novo Nordisk. En caso de que desee reportar un evento adverso, escriba al siguiente correo: io-balat-clat-safety@novonordisk.com. Esta información está dirigida a pacientes y no debe sustituir las indicaciones de su médico. CLA24PAT00006