

# Hablando con su médico sobre la diabetes tipo 1

Utilice esta guía para hablar con su médico sobre el manejo de la diabetes tipo 1. Explique sus opciones, qué puede esperar y cómo tomar decisiones que se adapten a su vida.

## ¿Qué es la diabetes tipo 1?

La diabetes tipo 1 significa que su cuerpo ya no produce insulina, una hormona que ayuda a controlar el azúcar en la sangre. Usted necesita insulina todos los días para mantenerse sano.

### ¿Qué es lo más importante para usted?

Dígale a su médico las respuestas a estas preguntas.

- » ¿Qué es importante para usted en su vida diaria?
- » ¿Prefiere rutinas sencillas o tener más control sobre su tratamiento?
- » ¿Le preocupan las inyecciones o el uso de dispositivos?

### ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento?

Su médico podría hablarle sobre:

- » **Terapia con insulina:** Inyecciones diarias o una bomba de insulina.
- » **Monitores continuos de glucosa (MCG):** Dispositivos que controlan el nivel de azúcar en sangre durante todo el día.
- » **Cambios en el estilo de vida:** Alimentación saludable, ejercicio y manejo del estrés.

### Puede preguntar:

“¿Cuáles son los pros y los contras de cada opción?”

“¿Con qué frecuencia debo controlar mi nivel de azúcar en sangre?”

### Hablando de riesgos y beneficios

Está bien preguntar:

¿Qué ocurre si pierdo una dosis?

“¿La insulina me hará subir de peso?”

“¿Puedo seguir viajando o trabajando como antes?”

**Su médico puede ayudarle a comprender cómo encaja el tratamiento en su vida.**

## Aclarando mitos

❌ **Mito:** Necesitar insulina significa que he fracasado.

✅ **Realidad:** La insulina es una herramienta que te ayuda a mantenerte sano.

❌ **Mito:** Solo los niños padecen diabetes tipo 1.

✅ **Realidad:** La diabetes tipo 1 puede aparecer a cualquier edad.

**Planificando con anticipación** Junto con su médico, usted puede:

**1** Establezca objetivos para su nivel de azúcar en sangre.

**2** Elija las herramientas que la resulten útiles.

**3** Busque apoyo en cuidadores, programas comunitarios o ensayos clínicos.