

# Control continuo de la glucosa y angustia diabética

Animar a las personas que viven con diabetes a:



Conocer sus objetivos de glucosa



Controlar las tendencias de las lecturas del CGM



Saber qué afecta a sus niveles de glucosa



La tecnología de monitorización continua de glucosa (CGM), aunque útil, puede aumentar la angustia relacionada con la diabetes al añadir a la carga emocional de la autogestión diaria.

**Aprenda a identificar y apoyar a las personas con diabetes que están lidiando con la angustia relacionada con la diabetes.**



## Esté atento a los signos de malestar por la diabetes:

Algunos de los signos más comunes son los siguientes:

- Niveles de A1C o glucosa inestables o subóptimos
- Inasistencia a las citas
- Desatención del autocuidado (por ejemplo, control, medicación)



## Pregunte por la angustia diabética en cada visita.

Aquí tiene algunos ejemplos de preguntas abiertas:

- “¿Qué es para usted lo más difícil de vivir con diabetes?”
- “¿Qué es lo que más le preocupa de su diabetes?”
- “¿De qué manera su diabetes se interpone en el camino de otras cosas en su vida en este momento?”



## Evalúe la angustia por la diabetes con cuestionarios validados:

- Cuestionario PAID (Áreas problemáticas en la diabetes)
- DDS (Escala de angustia por la diabetes)
- Utilice los resultados para elaborar planes de acción sobre los factores estresantes.