

Guía sobre la precisión del medidor

Cómo examinar los resultados de su medidor

El medidor de glucosa en sangre contiene los datos que necesita para controlar el nivel de azúcar en sangre. Con este dispositivo, puede ver cómo los diferentes alimentos, estilos de vida y hábitos afectan sus valores. Sin embargo, incluso un medidor de última tecnología solo resulta útil si es preciso. Con esta guía, aprenderá a evaluar y garantizar la precisión de su medidor.

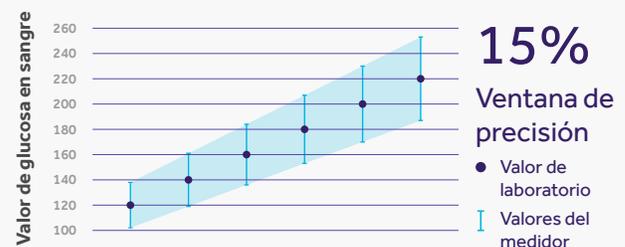
¿Qué queremos decir con precisión?

Los medidores de azúcar en sangre están diseñados para estimar el verdadero nivel de azúcar en sangre, de la forma como se mide en un laboratorio, que es la forma más precisa de realizar la prueba. Dado que los medidores de azúcar en sangre varían, la **FDA requiere** que sus resultados se encuentren dentro de un determinado rango de esos valores medidos en el laboratorio para que se consideren "precisos".



Por qué comparamos los resultados del medidor con los del laboratorio

Para medir correctamente la precisión del medidor, comparamos sus resultados con los de un laboratorio. Los laboratorios utilizan una muestra con mayor cantidad de sangre e instrumentos más precisos para detectar el azúcar, por lo que la medición es más exacta y consistente.



Cómo mide el medidor conectado

Una investigación en la que se evaluaron **30 medidores muy populares** mostró un gran rango entre ellos, y el medidor conectado estuvo entre los más precisos durante la presentación de 2014 ante la **FDA**. Los medidores conectados registraron valores de azúcar en sangre dentro del 15 % del valor de laboratorio el 99 % de las veces (para valores > 75 mg/dL) y dentro de los 15 mg/dL el 100 % de las veces (para valores < 75 mg/dL).

| Valor de glucosa en sangre del laboratorio | Rango de valores de glucosa en sangre del dispositivo -15% +15% | Valor de glucosa en sangre del laboratorio | Rango de valores de glucosa en sangre del dispositivo -15% +15% |
|--|--|--|--|
| 40 | 34 - 46 | 150 | 127.5 - 172.5 |
| 50 | 42.5 - 57.5 | 160 | 136 - 184 |
| 60 | 51 - 69 | 170 | 144.5 - 195.5 |
| 70 | 59.5 - 80.5 | 180 | 153 - 207 |
| 80 | 68 - 92 | 190 | 161.5 - 218.5 |
| 90 | 76.5 - 103.5 | 200 | 170 - 230 |
| 100 | 85 - 115 | 210 | 178.5 - 241.5 |
| 110 | 93.5 - 126.5 | 220 | 187 - 253 |
| 120 | 102 - 138 | 230 | 195.5 - 264.5 |
| 130 | 110.5 - 149.5 | 240 | 204 - 276 |
| 140 | 119 - 161 | 250 | 212.5 - 287.5 |

3 razones por las que la precisión es importante



Diagnóstico y manejo

La precisión es esencial para determinar si alguien tiene diabetes. También es importante para determinar el medicamento adecuado y decidir qué tan agresivo debe ser el tratamiento.



Dosificación de la insulina de acción rápida

El médico puede recetar insulina de acción rápida para cubrir las comidas y corregir los valores fuera del rango. Los valores precisos ayudan a determinar la dosis adecuada.



Qué hacer si tiene un nivel bajo de glucosa en sangre

Cuando el nivel de glucosa en sangre es bajo, los carbohidratos de rápida digestión pueden ser apropiados. Los valores imprecisos se pueden traducir en tratamientos innecesarios o en la omisión de los mismos.

¿Por qué los valores de azúcar en sangre pueden variar?

Debido a la forma en que el azúcar se mezcla con la sangre, el nivel de glucosa en sangre no es constante en todo el torrente sanguíneo. De hecho, podría obtener un resultado diferente con la misma gota de sangre en diferentes medidores. Y aunque ambos resultados son precisos, no son los mismos (aunque por lo general son relativamente cercanos).

6 consejos sencillos para garantizar resultados precisos

1. Asegúrese de que su medidor esté cargado y espere 30 minutos después de la carga antes de hacer una prueba.
2. Guarde las tiras en el frasco para protegerlas de la luz y la humedad, y asegúrese de que no estén vencidas. Evite la exposición a temperaturas extremas (si las deja en su automóvil en un día caluroso o frío, deséchelas).
3. Lávese las manos con jabón y séquelas bien antes del chequeo.
4. Use una toallita con alcohol para limpiar el dedo en el que se va a pinchar.
5. Pinche su dedo con una lanceta estéril, asegurándose de llenar por completo la tira de prueba.
6. Si sospecha que el valor que arroja su medidor está errado, vuelva a chequearse o **realice un chequeo con una solución de control**.



Evite el error de comparar medidores entre sí.

Los resultados de su medidor están dentro de un rango de niveles de glucosa en sangre reales medidos en el laboratorio, no de los resultados de otro medidor. Por ejemplo, si sus verdaderos niveles de glucosa en sangre son de 100 mg/dL, los resultados del medidor pueden oscilar entre 85 y 115 mg/dL. La comparación de dos valores dentro de este rango no indica cuál es el más preciso.

Los objetivos individuales de azúcar en sangre varían según la persona. Hable con su médico o **programe una sesión** con un mentor de salud Teladoc Health sobre el patrón de chequeo que mejor se adapte a sus necesidades.