



PREGUNTAS PARA HACERLES AL MÉDICO Y AL EQUIPO DE ATENCIÓN DE LA DIABETES

Una guía para facilitar la conversación entre el paciente y el proveedor

PREGUNTAS PARA HACERLES AL MÉDICO Y AL EQUIPO DE ATENCIÓN DE LA DIABETES

Vivir con diabetes tipo 2 puede ser difícil, pero usted puede encontrar la forma de vivir con ella. El mejor lugar donde recurrir si tiene preguntas es el médico y el equipo de atención de la diabetes. No sea tímido a la hora de hacer preguntas. Las preguntas pueden ayudarle a comenzar o continuar un diálogo con su médico acerca del control de la diabetes. Recuerde que su médico y el equipo de atención de la diabetes están para ayudarle. En cada visita, haga las siguientes preguntas para asegurarse de que está ocupándose adecuadamente de su diabetes^{1,2}:



Preguntas sobre el azúcar en la sangre

¿Cuáles deberían ser mis niveles de azúcar en la sangre?

**¿Con qué frecuencia y cuándo debería controlar mi nivel de azúcar en la sangre en casa?
¿Cómo debo usar mi medidor de glucosa?**

¿Cómo se si está demasiado bajo? ¿Cómo se si está demasiado alto?

¿Qué debo hacer si está demasiado bajo o demasiado alto?

Preguntas básicas

¿Cuál es el ABC de la diabetes tipo 2?

¿Cuáles deben ser mis números principales?

¿Qué puedo hacer para ayudar a alcanzar esos números?

Preguntas sobre ejercicio

Antes de comenzar una rutina de ejercicio, ¿debo hacerme un chequeo del corazón?
¿De los ojos? ¿De los pies?

¿Qué tipo de programa de ejercicio debería seguir? ¿Qué tipo de actividades debería evitar?

¿De qué manera puede el ejercicio afectar mis niveles de azúcar en la sangre?

¿Cómo debo controlar mis niveles de azúcar en la sangre cuando hago ejercicio?

¿Qué debo tener conmigo cuando hago ejercicio?

Preguntas sobre nutrición

¿Qué tipo de pautas sobre nutrición debería seguir?

¿Puedo seguir comiendo las comidas que más me gustan?

¿Hay alimentos y bebidas que no debería consumir?

Preguntas sobre medicamentos

¿Qué medicamentos debo tomar para mi diabetes, si es que debo tomar alguno?

¿Cómo actúan? ¿Cómo me ayudarán?

¿Cuándo debo tomarlos?

¿Qué debo hacer si omito una dosis?

¿Hay efectos secundarios? ¿Qué debo hacer si experimento un efecto secundario?

¿Hay alguna otra instrucción especial que deba conocer, como si debo tomarlos con alimentos?

¿Cómo debo almacenar mis medicamentos?

Preguntas sobre el cuidado de los pies y la piel

¿Por qué es importante controlar los pies? ¿Con qué frecuencia debo controlar mis pies?

¿Qué debo hacer cuando los controlo?

¿Por cuáles problemas debo comunicarme con mi médico o enfermero?

¿Quién debe recortarme las uñas de los dedos de los pies? ¿Está bien si lo hago yo mismo?

¿Cómo debo cuidar mis pies todos los días?

Otras preguntas acerca del plan de atención

¿Hay otros médicos a los que debo visitar?

¿Hay determinadas pruebas que debo realizarme?

¿Por qué es importante controlar los ojos? ¿Cuándo debo acudir al médico para un control de los ojos?

¿Cuándo debo programar mi próxima cita?

Referencias: **1.** National Diabetes Education Program. Five questions to ask your health care team about your type 2 diabetes. https://www.cdc.gov/diabetes/ndep/pdfs/toolkits/new-beginnings/newbeginnings_infographic_fivequestions.pdf. Updated June 2016. Accessed November 20, 2017. **2.** U.S. National Library of Medicine. Diabetes – what to ask your doctor – type 2. <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000217.htm>. Updated November 6, 2017. Accessed November 20, 2017.



CarePath Healthy Engagements es un programa integral diseñado para ayudar a mejorar las vidas de las personas que viven con diabetes tipo 2 y para ayudar a aquellos que cuidan de ellos. CarePathHealthyEngagements.com

Esta información ha sido desarrollada por Janssen Pharmaceuticals, Inc. y puesta a disposición de la comunidad para brindar apoyo a los pacientes y educación a los proveedores.

© Janssen Pharmaceuticals, Inc. 2018 Mayo de 2018 cp-57931v1

Certification

For regulatory purposes, AMPLEXOR Life Sciences certifies that services on project number **43456** for **cp-57931v1_025669-170828_1083080_M06_INA_QuestionsToAskYourDoctorAndT2DCareTeam_ES** were performed in a professional manner, using qualified individuals and in accordance with generally recognized commercial practices and standards.

AMPLEXOR Life Sciences certifies final translations delivered to **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** to be substantially true and accurate to the source-language original received from **Janssen Pharmaceuticals, Inc.**, both with regard to content and format.

AMPLEXOR Life Sciences certifies that the final translation and secondary validation were performed by separate and independent linguists.

Upon notification by **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** within ninety (90) days from delivery of final translations, AMPLEXOR Life Sciences will, at its sole cost, correct any substantive errors, which are reported to AMPLEXOR Life Sciences and provide **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** with a corrected deliverable.

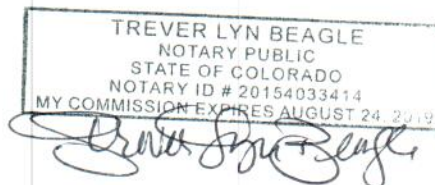


AMPLEXOR Life Sciences Signature

April 30, 2018

Date issued

Acknowledged before me this
30 of April, 2018
by Lea Hahbeck
County of Broomfield.



Certification

For regulatory purposes, AMPLEXOR Life Sciences certifies that services on project number **43456** for **cp-57931v1_025669-170828_1083080_M06_INA_QuestionsToAskYourDoctorAndT2DCareTeam_ES** were performed in a professional manner, using qualified individuals and in accordance with generally recognized commercial practices and standards.

AMPLEXOR Life Sciences certifies final translations delivered to **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** was secondary validated to accurately reflect the source-language original received from **Janssen Pharmaceuticals, Inc.**, both with regard to content and format.

AMPLEXOR Life Sciences certifies that the final translation and secondary validation were performed by separate and independent linguists.

Upon notification by **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** within ninety (90) days from delivery of final translations, AMPLEXOR Life Sciences will, at its sole cost, correct any substantive errors, which are reported to AMPLEXOR Life Sciences and provide **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** with a corrected deliverable.



AMPLEXOR Life Sciences Signature

April 30, 2018

Date issued

Acknowledged before me this
30 of April, 2018
by Lea Hahbeck
County of Broomfield.



ENGLISH VERSION:
For reference only



QUESTIONS TO ASK YOUR DOCTOR AND DIABETES CARE TEAM

A Patient-Provider Discussion Guide

QUESTIONS TO ASK YOUR DOCTOR AND DIABETES CARE TEAM

Living with type 2 diabetes can be difficult, but you can manage living with it. The best place to turn if you have questions is your doctor and diabetes care team. Do not shy away from asking questions. Questions may help you start or continue a dialogue with your doctor about managing diabetes. Remember, your doctor and diabetes care team are there to help. At every visit, ask the following questions to make sure you are taking care of your diabetes^{1,2}:



Blood Sugar Questions

What should my blood sugar levels be?

How often and when should I check my blood sugar level at home? How do I use my meter?

How do I know if it is too low? How do I know if it is too high?

What should I do if it is too low or too high?

ABCs Questions

What are the ABCs of type 2 diabetes?

What should my ABC numbers be?

What can I do to help reach these numbers?

Exercise Questions

Before I start exercising, do I need to have my heart checked out? My eyes? My feet?

What type of exercise program should I follow? What types of activities should I avoid?

How can exercise affect my blood sugar?

How should I watch my blood sugar when I exercise?

What should I bring with me when I exercise?

Nutrition Questions

What kinds of nutritional guidelines should I be following?

Can I still eat foods that I love?

Are there foods and drinks I should not have?

Medication Questions

What medication(s) do I need to take for my diabetes, if any?

How do these work? How will these help me?

When should I take them?

What should I do if I miss a dose?

Are there any side effects? What should I do if I experience a side effect?

Are there any other special instructions that I should know, such as taking them with food?

How should I store my medications?

Foot and Skin Care Questions

Why is it important to check my feet? How often should I check my feet?

What should I do when I check them?

What problems should I call my doctor or nurse about?

Who should trim my toenails? Is it okay if I trim them?

How should I take care of my feet every day?

Other Care Plan Questions

Are there other doctors I should visit?

Are there certain tests that I need to get done?

Why is it important to check my eyes? When should I have a doctor check my eyes?

When should I schedule my next appointment?

References: **1.** National Diabetes Education Program. Five questions to ask your health care team about your type 2 diabetes. https://www.cdc.gov/diabetes/ndep/pdfs/toolkits/new-beginnings/newbeginnings_infographic_fivequestions.pdf. Updated June 2016. Accessed November 20, 2017. **2.** U.S. National Library of Medicine. Diabetes – what to ask your doctor – type 2. <https://medlineplus.gov/ency/patientinstructions/000217.htm>. Updated November 6, 2017. Accessed November 20, 2017.



CarePath Healthy Engagements is a comprehensive program designed to help improve the lives of people living with type 2 diabetes and assist those who care for them. CarePathHealthyEngagements.com

This information has been developed by Janssen Pharmaceuticals, Inc., and made widely available to support patient and provider education.

© Janssen Pharmaceuticals, Inc. 2017

November 2017

025669-170828