



## AUTOCONTROL DEL NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE

### Cómo usar esta tarjeta.

**En las celdas de color verde, puede anotar sus datos**

Esta tarjeta tiene tres secciones. Cada sección le indica cuándo chequearse el azúcar en la sangre:

- antes de cada comida,
- 1 a 2 horas después de las comidas
- y a la hora de acostarse.

Cada vez que se chequee el azúcar en la sangre anote la fecha, la hora y los resultados. Lleve esta tarjeta a las citas médicas y muéstrese la a su equipo de cuidados de la salud. Hable sobre sus resultados ideales y si los está logrando.

SEMANA 1		MES:			
SEMANA 1		DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre antes de las comidas: El resultado ideal generalmente es de 70 a 130 *</b>	Lunes				
	Martes				
	Miércoles				
	Jueves				
	Viernes				
	Sábado				
MI META:		Domingo			
SEMANA 1		DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre de 1 a 2 horas después de las comidas: El resultado ideal generalmente es de menos de 180 *</b>	Lunes				
	Martes				
	Miércoles				
	Jueves				
	Viernes				
	Sábado				
MI META:		Domingo			

SEMANA 1

SEMANA 1	DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre a la hora de acostarme:</b> <b>El resultado ideal generalmente es de 110 a 150 *</b>	Lunes			
	Martes			
	Miércoles			
	Jueves			
	Viernes			
	Sábado			
<b>MI META:</b>	Domingo			

\*Su nivel ideal de azúcar en la sangre podría ser diferente si es una persona mayor (si tiene más de 65 años de edad) y ha tenido diabetes por mucho tiempo. Podría ser diferente si ha tenido otros problemas de salud como alguna enfermedad del corazón o si su nivel de azúcar en la sangre se le baja a menudo.

[www.stevianatural.com.py](http://www.stevianatural.com.py)



Comprimido natural de Ka'a he'ê-Stevia *rebaudiana* Bertoni, indicado como auxiliar para el tratamiento de la diabetes y prediabetes, ya que ayuda a regular el nivel de glucosa cuando esta fuera de rango, y estando en rango normal, ayuda a mantener regulado sin riesgos a que produzca hipoglucemia en el paciente, además ayuda a regular el sistema digestivo y tiene un poder antioxidante 2 veces más poderoso que el Té Verde.  
 SITIO WEB ---> <http://bit.ly/2x5Vprom>



Primer comprimidos sublingual de Ka'a he'ê-Stevia *rebaudiana* Bertoni, indicado para eliminar la acidez estomacal en forma inmediata y natural, causado por bebidas, alimentos y el estrés. Además ayuda a regular el sistema digestivo y tiene un poder antioxidante 2 veces más que el Té Verde.  
 Libre de azúcar  
 Libre de gluten  
 SITIO WEB ---> <http://bit.ly/2IBFbKm>

**¡Con BERDIANA sentite bien todos los días!**



## AUTOCONTROL DEL NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE

### Cómo usar esta tarjeta.

**En las celdas de color verde, puede anotar sus datos**

Esta tarjeta tiene tres secciones. Cada sección le indica cuándo chequearse el azúcar en la sangre:

- antes de cada comida,
- 1 a 2 horas después de las comidas
- y a la hora de acostarse.

Cada vez que se chequee el azúcar en la sangre anote la fecha, la hora y los resultados. Lleve esta tarjeta a las citas médicas y muéstrese la a su equipo de cuidados de la salud. Hable sobre sus resultados ideales y si los está logrando.

SEMANA 2		MES:			
SEMANA 2		DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre antes de las comidas:</b> <b>El resultado ideal generalmente es de 70 a 130 *</b>	Lunes				
	Martes				
	Miércoles				
	Jueves				
	Viernes				
	Sábado				
MI META:		Domingo			
SEMANA 2		DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre de 1 a 2 horas después de las comidas:</b> <b>El resultado ideal generalmente es de menos de 180 *</b>	Lunes				
	Martes				
	Miércoles				
	Jueves				
	Viernes				
	Sábado				
MI META:		Domingo			

SEMANA 2

SEMANA 2	DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre a la hora de acostarme:</b> <b>El resultado ideal generalmente es de 110 a 150 *</b>	Lunes			
	Martes			
	Miércoles			
	Jueves			
	Viernes			
	Sábado			
<b>MI META:</b>	<b>Domingo</b>			

\*Su nivel ideal de azúcar en la sangre podría ser diferente si es una persona mayor (si tiene más de 65 años de edad) y ha tenido diabetes por mucho tiempo. Podría ser diferente si ha tenido otros problemas de salud como alguna enfermedad del corazón o si su nivel de azúcar en la sangre se le baja a menudo.

[www.stevianatural.com.py](http://www.stevianatural.com.py)



Comprimido natural de Ka'a he'ê-Stevia *rebaudiana* Bertoni, indicado como auxiliar para el tratamiento de la diabetes y prediabetes, ya que ayuda a regular el nivel de glucosa cuando esta fuera de rango, y estando en rango normal, ayuda a mantener regulado sin riesgos a que produzca hipoglucemia en el paciente, además ayuda a regular el sistema digestivo y tiene un poder antioxidante 2 veces más poderoso que el Té Verde.

SITIO WEB ---> <http://bit.ly/2x5Vprom>



Primer comprimidos sublingual de Ka'a he'ê-Stevia *rebaudiana* Bertoni, indicado para eliminar la acidez estomacal en forma inmediata y natural, causado por bebidas, alimentos y el estrés. Además ayuda a regular el sistema digestivo y tiene un poder antioxidante 2 veces más que el Té Verde.

Libre de azúcar  
Libre de gluten

SITIO WEB ---> <http://bit.ly/2IBFbKm>

**¡Con BERDIANA sentite bien todos los días!**



## AUTOCONTROL DEL NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE

### Cómo usar esta tarjeta.

**En las celdas de color verde, puede anotar sus datos**

Esta tarjeta tiene tres secciones. Cada sección le indica cuándo chequearse el azúcar en la sangre:

- antes de cada comida,
- 1 a 2 horas después de las comidas
- y a la hora de acostarse.

Cada vez que se chequee el azúcar en la sangre anote la fecha, la hora y los resultados. Lleve esta tarjeta a las citas médicas y muéstrese la a su equipo de cuidados de la salud. Hable sobre sus resultados ideales y si los está logrando.

SEMANA 3		MES:			
SEMANA 3		DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre antes de las comidas: El resultado ideal generalmente es de 70 a 130 *</b>	Lunes				
	Martes				
	Miércoles				
	Jueves				
	Viernes				
	Sábado				
	MI META:		Domingo		
SEMANA 3		DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre de 1 a 2 horas después de las comidas: El resultado ideal generalmente es de menos de 180 *</b>	Lunes				
	Martes				
	Miércoles				
	Jueves				
	Viernes				
	Sábado				
MI META:		Domingo			

SEMANA 3

SEMANA 3	DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre a la hora de acostarme:</b> <b>El resultado ideal generalmente es de 110 a 150 *</b>	Lunes			
	Martes			
	Miércoles			
	Jueves			
	Viernes			
	Sábado			
<b>MI META:</b>	Domingo			

\*Su nivel ideal de azúcar en la sangre podría ser diferente si es una persona mayor (si tiene más de 65 años de edad) y ha tenido diabetes por mucho tiempo. Podría ser diferente si ha tenido otros problemas de salud como alguna enfermedad del corazón o si su nivel de azúcar en la sangre se le baja a menudo.

[www.stevianatural.com.py](http://www.stevianatural.com.py)



Comprimido natural de Ka'a he'ê-Stevia *rebaudiana* Bertoni, indicado como auxiliar para el tratamiento de la diabetes y prediabetes, ya que ayuda a regular el nivel de glucosa cuando esta fuera de rango, y estando en rango normal, ayuda a mantener regulado sin riesgos a que produzca hipoglucemia en el paciente, además ayuda a regular el sistema digestivo y tiene un poder antioxidante 2 veces más poderoso que el Té Verde.

SITIO WEB ---> <http://bit.ly/2x5Vprom>



Primer comprimidos sublingual de Ka'a he'ê-Stevia *rebaudiana* Bertoni, indicado para eliminar la acidez estomacal en forma inmediata y natural, causado por bebidas, alimentos y el estrés. Además ayuda a regular el sistema digestivo y tiene un poder antioxidante 2 veces más que el Té Verde.

Libre de azúcar  
Libre de gluten

SITIO WEB ---> <http://bit.ly/2IBFbKm>

**¡Con BERDIANA sentite bien todos los días!**



## AUTOCONTROL DEL NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE

### Cómo usar esta tarjeta.

**En las celdas de color verde, puede anotar sus datos**

Esta tarjeta tiene tres secciones. Cada sección le indica cuándo chequearse el azúcar en la sangre:

- antes de cada comida,
- 1 a 2 horas después de las comidas
- y a la hora de acostarse.

Cada vez que se chequee el azúcar en la sangre anote la fecha, la hora y los resultados. Lleve esta tarjeta a las citas médicas y muéstresela a su equipo de cuidados de la salud. Hable sobre sus resultados ideales y si los está logrando.

SEMANA 4		MES:			
SEMANA 4		DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre antes de las comidas:</b> <b>El resultado ideal generalmente es de 70 a 130 *</b>		Lunes			
		Martes			
		Miércoles			
		Jueves			
		Viernes			
		Sábado			
		MI META:		Domingo	
SEMANA 4		DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre de 1 a 2 horas después de las comidas:</b> <b>El resultado ideal generalmente es de menos de 180 *</b>		Lunes			
		Martes			
		Miércoles			
		Jueves			
		Viernes			
		Sábado			
MI META:		Domingo			

SEMANA 4

SEMANA 4	DÍA	FECHA	HORA	RESULTADO
<b>Mi nivel de azúcar en la sangre a la hora de acostarme:</b> <b>El resultado ideal generalmente es de 110 a 150 *</b>	Lunes			
	Martes			
	Miércoles			
	Jueves			
	Viernes			
	Sábado			
<b>MI META:</b>	<b>Domingo</b>			

\*Su nivel ideal de azúcar en la sangre podría ser diferente si es una persona mayor (si tiene más de 65 años de edad) y ha tenido diabetes por mucho tiempo. Podría ser diferente si ha tenido otros problemas de salud como alguna enfermedad del corazón o si su nivel de azúcar en la sangre se le baja a menudo.

[www.stevianatural.com.py](http://www.stevianatural.com.py)



Comprimido natural de Ka'a he'ê-Stevia *rebaudiana* Bertoni, indicado como auxiliar para el tratamiento de la diabetes y prediabetes, ya que ayuda a regular el nivel de glucosa cuando esta fuera de rango, y estando en rango normal, ayuda a mantener regulado sin riesgos a que produzca hipoglucemia en el paciente, además ayuda a regular el sistema digestivo y tiene un poder antioxidante 2 veces más poderoso que el Té Verde.

SITIO WEB ---> <http://bit.ly/2x5Vprom>



Primer comprimidos sublingual de Ka'a he'ê-Stevia *rebaudiana* Bertoni, indicado para eliminar la acidez estomacal en forma inmediata y natural, causado por bebidas, alimentos y el estrés. Además ayuda a regular el sistema digestivo y tiene un poder antioxidante 2 veces más que el Té Verde.

Libre de azúcar  
Libre de gluten

SITIO WEB ---> <http://bit.ly/2IBFbKm>

**¡Con BERDIANA sentite bien todos los días!**