

MEU CARTÃO DE METAS

	Metas para evitar complicações	Última avaliação (data: ___/___/___)	Metas Individuais (veja com seu médico)
Glicemia de jejum e pré-refeição	80 - 130mg/dl		
Glicemia 2h pós prandial	Até 180mg/dl		
Hemoglobina Glicada	Menor que 7%		
Colesterol LDL	Menor que 70mg/dl		
Colesterol Não HDL	Menor que 100mg/dl		
Colesterol HDL	Homem maior que 40mg/dl		
	Mulher maior que 50mg/dl		
Triglicérides	Menor que 150mg/dl		
Pressão Arterial	Até 130 x 85mmHg		
Mapeamento de Retina	Normal (pelo menos 1x/ano)		
Microalbuminúria	Normal (pelo menos 1x/ano)		

Fonte: Diretrizes Oficiais da Sociedade Brasileira de Diabetes (<https://diretriz.diabetes.org.br/>)

Próxima Consulta com meu MÉDICO que CUIDA de meu DIABETES:

Próxima Consulta com meu NUTRICIONISTA :
