



## Indicaciones para análisis de Glucosa:

### 1. Preparación previa:

- **Ayuno:** Para el análisis de glucosa en sangre, es necesario estar en **ayuno absoluto durante 8-12 horas** previas a la toma de la muestra. Durante este tiempo, no se debe consumir ningún alimento ni bebida, excepto agua.
- **Medicación:** Si estás tomando medicamentos que puedan influir en los niveles de glucosa (como insulina o medicamentos para la diabetes), debes consultarlo con el médico, ya que podría necesitarse ajustar la medicación antes de realizar el análisis.
- **Evitar ejercicio físico intenso:** Se debe evitar realizar ejercicio físico intenso en las horas previas al análisis, ya que puede alterar los niveles de glucosa.

### 2. Procedimiento del análisis:

- **Extracción de sangre:** Se extrae una muestra de sangre (generalmente de la vena del brazo) para medir los niveles de glucosa en el momento en que se toma la muestra.
- En algunos casos, se pueden realizar pruebas **de glucosa postprandial**, donde se mide la glucosa en sangre **2 horas después de una comida**. Para esta prueba, no se requiere ayuno, pero se deben seguir las instrucciones del médico para la comida previa.

### 3. Resultados y valores normales:

- **En ayuno:**
  - **Normal:** Menos de 100 mg/dL
  - **Prediabetes:** 100-125 mg/dL
  - **Diabetes:** 126 mg/dL o más (en al menos dos ocasiones distintas).
- **Glucosa postprandial (2 horas después de comer):**
  - **Normal:** Menos de 140 mg/dL
  - **Prediabetes:** 140-199 mg/dL
  - **Diabetes:** 200 mg/dL o más.