

## Habla sobre la diabetes ¿Con quién vas a hablar sobre tu diabetes?

Conoces a mucha gente todos los días. Con algunas personas pasas mucho tiempo y con otras, poco tiempo. A algunas las has conocido durante años y a otras las acabas de conocer. Vas a tener que decidir a quién quieres decir que tienes diabetes y con quién quieres hablar sobre la diabetes. Decir a alguien que tienes diabetes no es lo mismo que hablar sobre la diabetes.

Tal vez sólo quieras decir a tu maestro o chofer de autobús escolar que tienes diabetes. Puedes hablar con tu mejor amigo o con tus padres sobre tu diabetes.

Decir a alguien que tienes diabetes es dejar que esa persona sepa que te debe permitir cuidarte.

Hablar sobre la diabetes es dejar que esa persona sepa cómo te sientes respecto a tener que vivir con diabetes.

Ya sea que te limites a informar que tienes diabetes o que hables acerca de lo que es vivir con diabetes, las personas tendrán que saber cómo te pueden ayudar. Todos ellos necesitan conocer las señales que indican un nivel de azúcar bajo o alto. También deberán saber cómo ayudarte en un caso de emergencia.

Además conocerás personas que no necesitan saber que tienes diabetes.





**Opciones de tratamiento  
para diabetes tipo 2 en adolescentes y jóvenes**  
(Treatment Options for type 2 Diabetes in Adolescents & Youth)

**Personas que deben saber que tengo diabetes::**

Mi maestro,  
\_\_\_\_\_

**Personas con las que puedo hablar sobre lo que es vivir con diabetes:**

Mis padres,  
\_\_\_\_\_

**Personas que en realidad no necesitan saber que tengo diabetes:**

El cartero,  
\_\_\_\_\_

**Cosas que debo decir a las personas con las que hablo y a quienes digo que tengo diabetes:**

Señales de un nivel bajo de azúcar en la sangre  
\_\_\_\_\_

Cómo tratar un nivel bajo de azúcar en la sangre  
\_\_\_\_\_

Señales de un nivel alto de azúcar en la sangre  
\_\_\_\_\_

Cómo tratar un nivel alto de azúcar en la sangre  
\_\_\_\_\_

Otras cosas  
\_\_\_\_\_

Si lees el capítulo 6 de *In Control: A Guide for Teens with Diabetes*, tal vez te pueda ayudar a hablar sobre la diabetes.