

GUÍA DE RECURSOS SOBRE EL SISTEMA OMNIPOD DASH™ PARA PODDER™



CONOZCA EL SISTEMA OMNIPOD DASH™

Introducción	04	Funciones avanzadas	30
Bienvenida	04	Bolo	30
Lista de suministros y nuevos pedidos	05	Basal	31
El Pod	06	Preajustes	34
El Gestor personal de diabetes	07	Resolución de problemas	37
Basal/Bolo	10	Administración en días de enfermedad	37
Sus ajustes para el Gestor personal de diabetes	11	Hipoglucemia	38
Recuento de carbohidratos	12	Hiperoglucemia	40
Instrucciones del sistema Omnipod DASH™	14	Notificaciones, alertas y alarmas	42
Cómo cambiar el Pod	14	Recursos digitales	44
Cómo activar un nuevo Pod	15	Notas adicionales	45
Colocación del Pod, preparación y consejos	20		
Emparejamiento del medidor de glucosa en sangre	22		
Sincronización del medidor de glucosa en sangre	23		
Administrar un bolo	24		
Detener o reanudar la administración de insulina	25		
Consejos y recordatorios importantes	26		
Notas adicionales	29		

Para obtener más información, comuníquese con su representante local del sistema Omnipod® o visite omnipod.com.

Esta Guía de recursos está destinada a utilizarse en combinación con su Plan de control de la diabetes, la información que le proporciona su médico y la Guía de usuario para el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™. Las imágenes del Gestor personal de diabetes tienen una finalidad meramente ilustrativa y no deben considerarse como sugerencias para los ajustes de usuario.

Consulte la guía de usuario para el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™ a fin de obtener información completa sobre cómo usar el sistema Omnipod DASH™ y para conocer todas las advertencias y precauciones relacionadas. Para obtener la guía de usuario del sistema de administración de insulina Omnipod DASH™, visite myomnipod.com o comuníquese con Atención al cliente (las 24 horas, 7 días a la semana) al 800-591-3455.



Precaución: consulte la Guía de usuario.

Esta Guía de recursos corresponde al modelo PDM-USA1-D001-MG-USA1 del Gestor personal de diabetes. El número de modelo del Gestor personal de diabetes aparece escrito en la parte posterior de cada PDM.

¿QUÉ ES LO QUE DIFERENCIA AL POD? ES SIMPLE.

El sistema Omnipod DASH™ es un sencillo sistema que consta de dos partes: el Pod sin tubos y el Gestor personal de diabetes (PDM) portátil que le permite programar de forma inalámbrica su administración de insulina*. Al ser cómodo y discreto, el Pod le ofrece hasta 3 días de administración continua de insulina** y se puede usar casi en cualquier lugar donde se pondría una inyección. Use la vestimenta que quiera cuando lo desee. El sistema Omnipod DASH™ ayuda a simplificar la administración de insulina, por lo que puede realizar sus actividades cotidianas y controlar la diabetes al mismo tiempo. Y esto es solo una parte de lo que hace que tantas personas se conviertan en fervientes Podders™.

Cómo prepararse para comenzar a usar el sistema Omnipod DASH™.

Esta Guía de recursos lo guiará a través de algunas de las funciones principales que puede necesitar realizar con el sistema Omnipod DASH™.

¿Tiene alguna pregunta?

Estamos para ayudarlo en nuestro Atención al cliente las 24 horas, 7 días a la semana

Atención al cliente: 1-800-591-3455

Desde fuera de los Estados Unidos: 1-978-600-7850

omnipod.com

En caso de emergencia, debe llamar a su médico y a un contacto de emergencia.

Nombre del médico

Número del médico

Nombre del contacto de emergencia

Número del contacto de emergencia

Deslinde de responsabilidades sobre consultas médicas

Siempre consulte a su médico para determinar los ajustes correctos en su caso.

LA ATENCIÓN Y EL TRATAMIENTO MÉDICOS SON TEMAS COMPLEJOS QUE REQUIEREN LOS SERVICIOS DE MÉDICOS CALIFICADOS. LA PRESENTE GUÍA DE RECURSOS ES DE CARÁCTER INFORMATIVO Y NO ESTÁ DESTINADA A UTILIZARSE A MODO DE RECOMENDACIONES O CONSEJOS MÉDICOS O PARA EL CUIDADO DE LA SALUD CON FINES DE DIAGNÓSTICO, TRATAMIENTO NI NINGUNA OTRA NECESIDAD INDIVIDUAL. LA PRESENTE GUÍA DE RECURSOS NO ES UN SUSTITUTO DE LAS RECOMENDACIONES O LOS CONSEJOS MÉDICOS O PARA EL CUIDADO DE LA SALUD, NI DE LOS SERVICIOS DE UN MÉDICO CALIFICADO. LA PRESENTE GUÍA DE RECURSOS DE NINGUNA FORMA SE PODRÁ USAR COMO BASE PARA SU ATENCIÓN MÉDICA PERSONAL NI PARA DECISIONES Y TRATAMIENTOS RELACIONADOS. TODAS DICHAS DECISIONES Y TRATAMIENTOS DEBERÁN DISCUTIRSE CON UN MÉDICO CALIFICADO QUE ESTÉ FAMILIARIZADO CON SUS NECESIDADES INDIVIDUALES.

* En la puesta en marcha, el Gestor personal de diabetes y el Pod deben estar adyacentes y en contacto, ya sea dentro o fuera de la bandeja, para asegurar una correcta comunicación durante el cebado. Durante la operación normal, deben estar a una distancia máxima de 5 pies (1,5 m) entre sí.

**Hasta 72 horas de administración de insulina

SUMINISTROS Y NUEVOS PEDIDOS

En todo momento, debe tener a mano los siguientes suministros:

- + PDM de Omnipod DASH™
- + Varios Pods nuevos y sellados de Omnipod DASH™
- + Vial de insulina de acción rápida U-100
- + Medidor de glucosa en sangre (GS)
- + Tiras reactivas para medir la GS
- + Dispositivo de punción y lancetas
- + Toallitas con alcohol
- + Jeringas o plumas/aguja como alternativa para inyectar insulina
- + Instrucciones de su médico sobre cuánta insulina deberá inyectarse si se interrumpe la administración desde el Pod
- + Suministros para las pruebas de cetonas
- + Comprimidos de glucosa u otra fuente de carbohidratos de acción rápida
- + Un kit de emergencia de glucagón e instrucciones por escrito para la administración de una inyección en caso de que pierda el conocimiento
- + Números de teléfono de su médico para casos de emergencia

Consejos para realizar nuevos pedidos:

- + Le recomendamos llamar a su proveedor del sistema Omnipod DASH™ (Insulet u otro proveedor) cuando abra la última caja de Pods. Esto permite garantizar que tendrá suficientes suministros en caso de que se necesiten autorizaciones adicionales de su seguro.
- + Es posible que pueda reabastecerse de Pods automáticamente. Comuníquese con su proveedor para averiguarlo.
- + Asegúrese de informarle a su proveedor sobre cualquier cambio en la cobertura de su seguro.
- + Acceda a PodderCentral™ a través de nuestro sitio web o aplicación móvil para obtener actualizaciones sobre facturación, pedidos e información.
- + Si olvidó de dónde provienen sus nuevos pedidos, puede averiguarlo de las siguientes maneras:
 - Revise la etiqueta de envío del último paquete de Pods que haya recibido.
 - Llame a su seguro y pregunte quién presentó la solicitud de Pods más reciente.
 - Llame a Atención al cliente.

Contactos importantes para nuevos pedidos:

- + Atención al cliente:
1-800-591-3455 ext. 2
- + Su proveedor actual

Nombre del proveedor

Teléfono



Precaución: consulte la Guía de usuario.

* Solo los Pods del sistema Omnipod DASH™ pueden comunicarse con el Gestor personal de diabetes de Omnipod DASH™

EL POD DEL SISTEMA OMNIPOD DASH™

Un Pod con tecnología Bluetooth™ que administra tanto insulina basal como de bolo.

PARTE SUPERIOR



Lámina rosa

Visor

PARTE INFERIOR



Puerto de llenado

Parte adhesiva

Tapa de la aguja de color azul

EL GESTOR PERSONAL DE DIABETES DEL SISTEMA OMNIPOD DASH™

Un Gestor personal de diabetes (PDM) con tecnología Bluetooth™ que controla todas las funciones del Pod.



Icono de menú

Pestañas

PANTALLA TÁCTIL

Botón de bolo

ATRÁS

PUERTO USB MICRO-B

SONIDO/
VIBRACIÓN

BOTÓN DE
ENCENDIDO

BOTONES NO
FUNCIONALES

Consejo

Pulse el icono de menú para ver los siguientes elementos:

- + Alternar el acceso a la información del Pod y basales
- + Establecer el basal temporal
- + Ingresar la GS
- + Detener la insulina
- + Gestionar los preajustes de bolo y de basales temporales
- + Ver el historial
- + Editar los ajustes

Vista de la pantalla de inicio

- + Ver el estado actual del Pod y del Gestor personal de diabetes
- + Acceder a más opciones del sistema en el icono de menú
- + Ver notificaciones y alarmas
- + Acceder a la IOB en la vista Tablero
- + Revisar y editar los Programas basales en la vista Basal
- + Ver detalles sobre el Pod y acceder al Cambio del Pod en la vista Info del Pod
- + Consultar los valores para ÚLTIMO BOLO y ÚLTIMA GS
- + Fácil acceso para administrar un bolo a través del botón Bolo

Batería del PDM de DASH™

El PDM de DASH™ funciona con una batería recargable de iones de litio. Esto es lo que debe saber:

- + Utilice únicamente las baterías, los cargadores y los cables aprobados por Insulet.
- + Para conservar la carga de la batería, puede personalizar el tiempo de espera de la pantalla y los niveles de brillo.
- + En condiciones de uso normal, la carga de la batería debería durar más de un día.
- + Cuando la batería de su PDM esté baja (menos del 15 %), para ahorrar energía, el PDM silenciará la vibración y los tonos.
- + Cuando la carga se haya agotado por completo, el PDM se apagará. Su Pod continuará administrando insulina basal en caso de que el PDM se apague. La buena noticia es que puede usar el PDM mientras se esté cargando.
- + Desarrolle una rutina para cargar su PDM a la misma hora todos los días.
- + Considere la posibilidad de tener más de un juego de cable y cargador en las distintas áreas donde pasa el día (hogar, oficina, escuela, automóvil, etc.).

Comunicación

Uno de los beneficios principales del sistema Omnipod DASH™ es la comunicación inalámbrica entre el PDM y el Pod. La tecnología inalámbrica Bluetooth® también permite la comunicación entre el PDM de DASH™ y el medidor de glucosa en sangre CONTOUR®NEXT ONE. Además, permite comunicarse con las aplicaciones móviles compatibles, como la app Omnipod DISPLAY™. Aunque no necesitará mantener su PDM de DASH™ junto a usted en todo momento, sí necesitará que el PDM y el Pod estén muy cerca cuando realice determinadas acciones, como desactivar y activar un nuevo Pod o administrar un bolo.

Tenga en cuenta las distancias que se mencionan más abajo. El Pod y el PDM:

- + deben estar uno junto al otro y en contacto durante la activación y el cebado.*
- + deben estar a una distancia de, al menos, 5 pies (1,5 m) para iniciar la administración de un bolo, cambiar los ajustes o recibir actualizaciones de estado.
- + no tienen que estar a ninguna distancia específica para la administración de insulina basal. El Pod continuará administrando insulina basal, incluso cuando el PDM esté fuera de rango.

Configuración del Modo avión y la conexión Wi-Fi

Su PDM le permite controlar la conectividad de red. Cuando viaje, es posible que deba usar el modo avión. El Wi-Fi se desactiva cuando este modo esté activado. Cuando activa el modo avión, el PDM desconecta automáticamente el Wi-Fi. Cuando haya terminado su viaje, acuérdesese de desactivar el modo avión para que el Wi-Fi pueda volver a conectarse.

Muchas aplicaciones digitales necesitan Wi-Fi para funcionar. Los datos del PDM se transmiten de forma inalámbrica a la nube de Insulet, lo que permite el monitoreo remoto a través de la app VIEW, así como la integración perfecta de los datos de nube a nube mediante Insulet Provided Glooko.

Actualizaciones de software

Conéctese al Wi-Fi periódicamente para verificar si hay actualizaciones de software. Esto garantizará que el software del PDM se mantenga actualizado. Cuando esté conectado al Wi-Fi y haya disponible una actualización de software, recibirá una notificación en la pantalla de bloqueo del PDM. También puede buscar las actualizaciones de forma manual. Verifique si hay alguna actualización disponible a la hora de cambiar el Pod (cuando no tenga un Pod activo). En el PDM, toque el icono Ajustes, pulse Dispositivo PDM y luego, pulse Actualización de software. El PDM mostrará una pantalla donde se enumeran las condiciones que deben cumplirse para buscar y realizar una actualización de software. Una vez que se cumplan todas esas condiciones, pulse "Buscar actualizaciones". Si hay una actualización disponible, se mostrará la información correspondiente. Pulse el botón Descargar para descargar la actualización. Una vez que se haya descargado la actualización, puede elegir instalar el software en ese momento o más adelante.

Recuerde que la actualización de software constituye un proceso de 2 pasos: primero se descarga la actualización y, luego, se instala.

Su PDM debe tener más del 30 % de batería para poder instalar la actualización de software. La instalación tomará algunos minutos y mostrará diferentes pantallas, incluida la imagen de un robot verde. Una vez que se complete la instalación, volverá a aparecer la pantalla de bloqueo. Después de desbloquear su PDM, recibirá una confirmación de que la actualización se realizó correctamente. No olvide activar un nuevo Pod después de recibir la confirmación.

Para obtener más información, consulte la guía de usuario para el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™.

Consejos útiles de otros Podders™

Nos enorgullece de ayudar a nuestros clientes a explorar el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™ y a usarlo correctamente para poder vivir la vida en sus propios términos. Sin embargo, de vez en cuando nuestros Podders™ nos cuentan cómo han descubierto formas de llevar el éxito de su Pod al siguiente nivel. Échele un vistazo a estos consejos útiles:

- + De vez en cuando, nos dicen que la alerta de 90 minutos, después de realizar un cambio de Pod, puede ser un tanto molesta para la vida cotidiana. ¿Sabía que puede poner su PDM en modo de vibración para evitar que suene la alerta?
- + Trate de tomar una foto con su móvil de los ajustes del programa y consérvela. De esta manera, si no descarga el PDM regularmente en su casa, siempre tendrá un registro de sus ajustes.
- + ¿Qué pasa si pierde su PDM? Ingrese su número de teléfono en la pantalla de bloqueo, para que cualquier persona que lo encuentre pueda devolvérselo fácilmente. En rangos más cortos, también puede usar la función Encontrar mi PDM en la app Omnipod DISPLAY™.
- + ¿Ha notado que la pantalla se apaga más rápido de lo que le gustaría? Cambie los ajustes de tiempo de espera de la pantalla para que permanezca encendida por más tiempo.



* En la puesta en marcha, el Gestor personal de diabetes y el Pod deben estar adyacentes y en contacto, ya sea dentro o fuera de la bandeja, para asegurar una correcta comunicación durante el cebado. Durante la operación normal, deben estar a una distancia máxima de 5 pies (1,5 m) entre sí.

Precaución: consulte la Guía de usuario.

Para obtener más información sobre su Gestor personal de diabetes, consulte la guía de usuario para el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™.

INSULINA BASAL E INSULINA DE BOLO

El sistema Omnipod DASH™ le permite personalizar su insulina basal y de bolo.

Cuando configura por primera vez su sistema Omnipod DASH™, un entrenador de Pod certificado lo ayudará a programar su Gestor personal de diabetes con los ajustes determinados por su médico. A medida que su insulina necesite modificarse, puede colaborar con su médico para adaptar dichos ajustes.

¿En qué consiste una tasa basal?

Su cuerpo necesita que se le administre de manera constante una pequeña cantidad de insulina a lo largo del día, la llamada insulina basal. Las tasas basales se especifican en unidades por hora (U/h). La cantidad exacta de insulina basal que su cuerpo necesita a menudo cambia en función de lo siguiente:

- + sus actividades a lo largo del día
- + su nivel de estrés
- + en caso de enfermedad

¿En qué consiste un bolo?

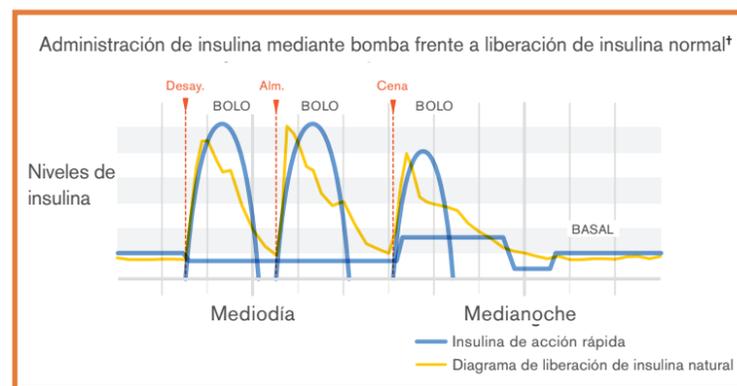
Un bolo es una dosis de insulina que se administra para cubrir los carbohidratos ingeridos en una comida o snack, o bien, para disminuir su glucosa en sangre cuando se eleva demasiado. Existen dos tipos de dosis de bolo:

- + Bolo de comida
 - Con el sistema Omnipod DASH™, puede administrar un bolo de comida inmediato o extendido.
 - Un bolo de comida inmediato administra insulina para una comida o snack que está a punto de ingerir.
 - Un bolo de comida extendido administra insulina a lo largo de un periodo más prolongado. Cuando consume alimentos con alto contenido de grasa o proteínas, o si come durante un largo periodo de tiempo, como en una fiesta, es posible que necesite un bolo de comida extendido.

- + Bolo de corrección
 - Se puede administrar un bolo de corrección con o sin un bolo de comida, en caso de que necesite bajar su nivel de glucosa en sangre.

El sistema Omnipod DASH™ lo ayudará a calcular sus dosis de bolo.

El sistema Omnipod DASH™ también incluye una Calculadora de bolo para ayudarlo a administrar una dosis de bolo precisa. La calculadora utiliza su glucosa en sangre actual, los carb. ingresados y su insulina activa (IOB) para determinar la dosis de bolo sugerido.



⚠ Precaución: consulte la Guía de usuario.

Para obtener más información sobre la Calculadora de bolo sugerido, consulte la guía de usuario para el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™.

©2002, American Diabetes Association®. Tratamiento inteligente con bomba para personas con diabetes. Reimpresión con autorización de American Diabetes Association®.

AJUSTES DEL GESTOR PERSONAL DE DIABETES

Siempre es una buena idea tener a mano una copia de los ajustes del Gestor personal de diabetes en caso de que tenga que configurar otro PDM.

Su médico le proporcionará sus tasas iniciales, así como cualquier cambio futuro.



PRECAUCIÓN: no trate de comenzar a usar el PDM ni haga modificaciones en los ajustes del Gestor personal de diabetes sin haber recibido capacitación formal de su médico.

Basal			
Tasa basal máxima*		_____ U/h	
Basal 1*	Segmento de tiempo		
	12:00 a.m. - _____	_____ U/h	
	_____ - _____	_____ U/h	
	_____ - _____	_____ U/h	
	_____ - _____	_____ U/h	
Tasa basal temporal		<input type="checkbox"/> On <input type="checkbox"/> Off	
Glucosa en sangre (GS)			
Límites de objetivo de GS		Límite inferior _____ mg/dL Límite superior _____ mg/dL	
Medidor de GS		<input type="checkbox"/> Emparejar <input type="checkbox"/> Saltar	
Bolo			
Calculadora de bolo		<input type="checkbox"/> On <input type="checkbox"/> Off	
GS objetivo y corregir arriba*	Segmento de tiempo	Objetivo	Corregir arriba
	12:00 a.m. - _____	_____ mg/dL	_____ mg/dL
	_____ - _____	_____ mg/dL	_____ mg/dL
	_____ - _____	_____ mg/dL	_____ mg/dL
	_____ - _____	_____ mg/dL	_____ mg/dL
GS mínima para cálculos de bolo		_____ mg/dL	
Índice de insulina a carb. (IC)*	Segmento de tiempo	1 unidad de insulina cubre	
	12:00 a.m. - _____	_____ g	
	_____ - _____	_____ g	
	_____ - _____	_____ g	
	_____ - _____	_____ g	
Factor de corrección*	Segmento de tiempo	1 unidad de insulina disminuye la GS en	
	12:00 a.m. - _____	_____ mg/dL	
	_____ - _____	_____ mg/dL	
	_____ - _____	_____ mg/dL	
	_____ - _____	_____ mg/dL	
Corrección inversa*		<input type="checkbox"/> On <input type="checkbox"/> Off	
Duración de la acción de la insulina*		_____ horas	
Bolo máximo*		_____ unidades	
Bolo extendido		<input type="checkbox"/> On <input type="checkbox"/> Off	

* Indica los ajustes proporcionados por el médico

Asegúrese de consultar con su médico antes de adaptar estos ajustes.

LA IMPORTANCIA DE LOS CARBOHIDRATOS

¿Qué son los carbohidratos?

- + **Almidones.** Verduras que contienen almidón como papas, maíz y arvejas, frijoles secos y lentejas, granos tales como avena, cebada, arroz y productos hechos de harina de trigo.
- + **Azúcares.** Aquellos que se producen naturalmente en la leche y la fruta, o que se agregan durante la cocción o el procesamiento. Los nombres comunes para el azúcar son azúcar de mesa, azúcar moreno, melaza, miel, azúcar de caña, jarabe de arce, jarabe de maíz de alta fructosa y néctar de agave.
- + **Fibra.** Puede encontrarse en frutas, verduras, granos enteros, nueces y legumbres. La mayor parte de la fibra alimentaria no es digerible. La fibra contribuye a la salud digestiva, mantiene la regularidad intestinal y le permite sentirse lleno y satisfecho después de comer.

Efecto en la glucosa en sangre

Los carbohidratos (carb.) son importantes porque nos proporcionan tanto energía como vitaminas y minerales esenciales para nuestro organismo. Las proteínas y las grasas también contienen calorías, vitaminas y minerales, pero no contienen carbohidratos a menos que el alimento sea una preparación combinada, como un guiso. Los carbohidratos son los principales alimentos que afectan a los niveles de glucosa en sangre.

Las proteínas y las grasas tardan más en digerirse y su efecto en la glucosa en sangre es más lento. Un mayor consumo de proteínas o grasas en las comidas puede retrasar la absorción de la glucosa y crear luego niveles más altos de glucosa en sangre. La sección "Funciones avanzadas del sistema Omnipod DASH™" le enseñará más sobre cómo administrar un bolo para determinadas comidas mediante el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™.

¿Cómo averiguo la cantidad de carbohidratos en mi comida?

Revise la etiqueta

Los dos datos clave en la etiqueta de información nutricional para el recuento de carbohidratos son el tamaño de la porción y los carbohidratos totales.

Nutrition Facts	
8 servings per container	
Serving size	2/3 cup (55g)
Amount per serving	
Calories	230
% Daily Value*	
Total Fat 8g	10%
Saturated Fat 1g	5%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0 mg	0%
Sodium 160 mg	7%
Total Carbohydrate 37g	13%
Dietary Fiber 4g	14%
Total Sugars 12g	
Includes 10g Added Sugars	20%
Protein 3g	
Vitamin D 2mcg	10%
Calcium 260mg	20%
Iron 8mg	45%
Potassium 235mg	6%

* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice

Fuente: sitio web de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos

Conozca su comida favorita

Categoría de alimentos	Alimento	Porción	Gramos de carbohidratos
Panificados	Pan blanco o de trigo	2 rebanadas (2 oz)	25 - 30
	Panecillos para hot dogs o hamburguesas	1 pieza (2 oz)	25
	Bagel	1 pieza (3-4 oz)	52
	Panecillos de trigo integral	1 panecillo (1 oz)	15
	Galletas de soda	5 galletas saladas	11
	Tortillas de harina	1 tortilla (diám.: 8")	25
Cereales/granos/pasta	Tortillas de maíz	1 tortilla (diám.: 6")	13
	Arroz blanco o integral cocido	2/3 de taza	30
	Pasta cocida	1 taza	38
	Cereal seco (Cheerios comunes)	1 taza	20
	Avena instantánea, cocción normal con agua	1 paquete	20
	Sémola cocida con agua	1 taza	32
Verduras que contienen almidón	Maíz	1 taza	35
	Puré de patatas	1 taza	35
	Patata al horno de 3-4" de diámetro	1 grande (10 oz)	64
Frijoles secos, arvejas, lentejas	Frijoles negros cocidos	1/2 taza	20
	Frijoles cocidos	1/2 taza	12
	Garbanzos cocidos	1/2 taza	16

Categoría de alimentos	Alimento	Porción	Gramos de carbohidratos	
Frutas y jugos de frutas	Manzana	1 pieza pequeña (4 oz)	17	
	Banana	1 pequeña (6")	23	
	Sandía	1 taza	12	
	Fresas	1 taza, en mitades	12	
	Uvas	1 taza	27	
	Frutas enlatadas (con jugo)	1 taza	28	
	Jugo de manzana, naranja, pomelo o piña	1/2 taza (4 oz)	15	
	Jugo de arándano, uva o ciruela pasa	1/2 taza (4 oz)	20	
	Leche y lácteos	Leche baja en grasas (descremada, 2 %, entera)	1 taza (8 oz)	12
	Yogurt descremado sabor natural	1 taza (8 oz)	16	
Yogurt griego descremado sabor natural	1 taza (8 oz)	8		
Dulces, postres y snacks	Gaseosa común	1 lata (12 oz)	38	
	Helado de vainilla (común)	1/2 taza	15 - 20	
	Obleas de vainilla	8 galletas	22	
	Palomitas de maíz (comunes, para microondas)	1 taza, hechas	5	
Papas fritas (comunes, con poca sal)	1 oz (15 papas)	15		

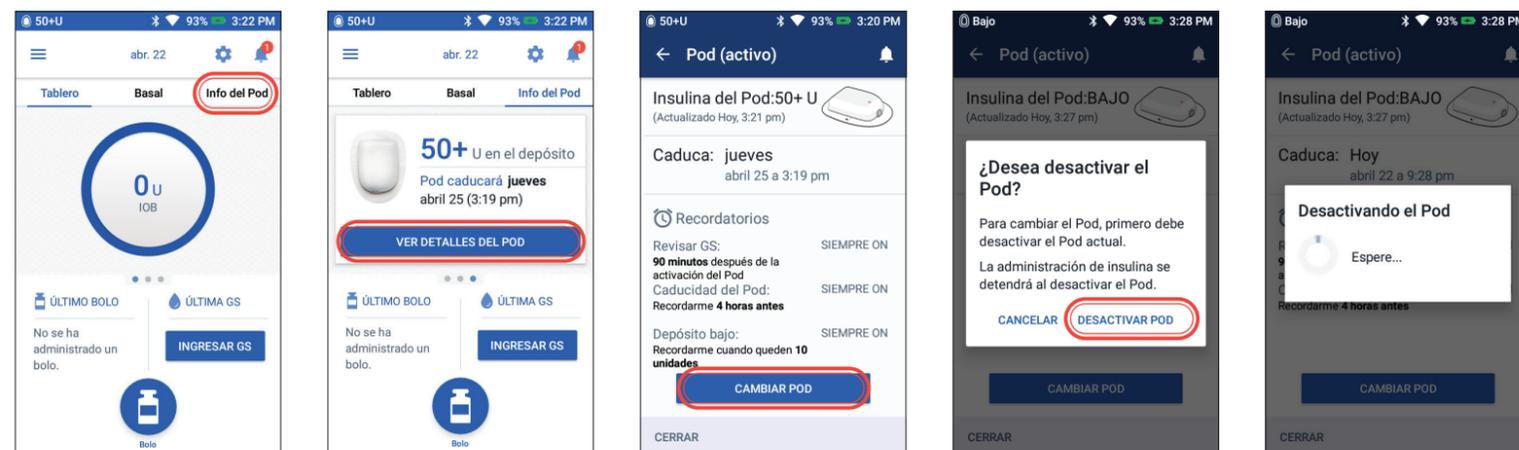
Para obtener una lista más detallada, visite las bases de datos sobre composición de alimentos de la USDA: <http://ndb.nal.usda.gov/ndb/search/list>

CÓMO CAMBIAR EL POD

Puede necesitar cambiar el Pod en las siguientes situaciones:

- + cuando el depósito tenga un nivel bajo o esté vacío, o cuando el Pod esté a punto de caducar o ya haya caducado
- + en respuesta a una alarma
- + si el Pod o la cánula se han salido
- + si tiene una lectura de glucosa en sangre de 250 mg/dL o más, y hay cetonas presentes
- + si presenta niveles elevados e inesperados de glucosa en sangre
- + según las indicaciones de su médico
- + si durante la activación, el Pod no pita

CÓMO DESACTIVAR UN POD ANTERIOR



1. + Pulse “Info del Pod” en la pantalla de inicio.
2. + Pulse “VER DETALLES DEL POD”.
3. + Pulse “CAMBIAR POD”.
4. + Confirme y pulse “DESACTIVAR POD”.
5. + La desactivación del Pod tomará un momento.

CÓMO ACTIVAR UN NUEVO POD

- + Reúna lo siguiente:
 - Gestor personal de diabetes (PDM) de DASH™
 - Pod de DASH™ sellado, el cual se puede identificar por la tapa de la aguja de color azul
 - vial de insulina de acción rápida U-100 a temperatura ambiente. (Consulte la guía de usuario del sistema Omnipod DASH™ para obtener información sobre los niveles de insulina evaluados y encontrados a fin de poder usar con seguridad el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™)
 - toallita con alcohol
- + Lávese las manos.



1. + Para configurar un nuevo Pod, pulse “CONFIGURAR UN NUEVO POD”.
- + Lea y realice cada instrucción cuidadosamente.



ADVERTENCIA:

- + NUNCA inyecte aire en el puerto de llenado. Si lo hace, puede interrumpirse el suministro de insulina o hacer que este no se lleve a cabo como debería.
- + NUNCA utilice un Pod si escucha un crujido o nota resistencia al presionar el émbolo. Estas condiciones pueden provocar la interrupción de la administración de insulina.

PRECAUCIÓN:

No use ningún otro tipo de aguja o de dispositivo de llenado aparte de la jeringa proporcionada con cada Pod.

1. Llene el Pod



- 1.1 + Retire la aguja y la jeringa de llenado de su empaque estéril. Mantenga el Pod en su bandeja durante la configuración. Confirme que la tapa de la aguja del Pod sea de color azul.
- + Use una toallita con alcohol para limpiar la parte superior del vial de insulina.
- + Gire la aguja en la jeringa para armar la jeringa de llenado.



- 1.2 + Tire de la tapa protectora de la jeringa hacia afuera para retirarla.



- 1.3 + Llene la jeringa con una cantidad de aire igual a la cantidad de insulina que vaya a utilizar.
 - + Inserte la aguja en el vial de insulina e inyecte el aire.
 - + Coloque el vial y la jeringa boca abajo.
 - + Extraiga lentamente la insulina del vial y llene la jeringa con la cantidad de insulina que usará. Llene la jeringa al menos hasta la línea de llenado MÍN (mínimo).
 - + Dé unos golpecitos a la jeringa para eliminar cualquier burbuja que pudiera haber.

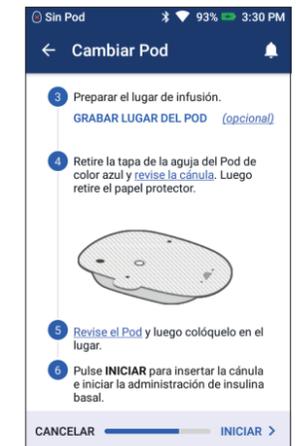


- 1.4 + Deje el Pod en su bandeja de plástico.
 - + Inserte la aguja de forma vertical en el puerto de llenado que se encuentra en el envés del Pod. Para garantizar un llenado adecuado, asegúrese de que la jeringa no forma ningún ángulo cuando se inserte en el puerto de llenado.
 - + Vacíe completamente la jeringa en el Pod.
 - + El Pod emitirá dos pitidos, lo que indica que el sistema Omnipod DASH™ está listo para continuar.
 - + Regrese al PDM. En caso de que se agote el tiempo de espera del PDM, presione el botón de encendido para volver a activarlo. Coloque el PDM junto al Pod de modo que estén en contacto.
 - + Pulse "Sig."

Recordatorio

Durante la activación y el cebado, el PDM y el Pod deben estar el uno junto al otro y en contacto.

2. Colóquese el Pod



- 2.1 + Seleccione el lugar de infusión. Tenga cuidado de evitar las áreas donde le afecten los pliegues de la piel. Consulte la sección "Colocación del Pod, preparación y consejos" en esta guía de recursos para conocer los lugares que podría recomendarle su médico y otros consejos de colocación.

Consejo

Use el mapa de lugares del Pod para realizar un seguimiento de los lugares actuales y recientes de colocación. Esta función puede activarse desde Ajustes.



2. Colóquese el Pod (continuación)



2.2 + Para una adhesión óptima, siempre limpie el lugar por completo con una toallita con alcohol para eliminar lociones y aceites corporales, los cuales pueden despegar el adhesivo del Pod. Deje secar al aire por completo. No sople sobre el lugar para que se seque.



2.3 + Retire la tapa de la aguja de color azul del Pod.

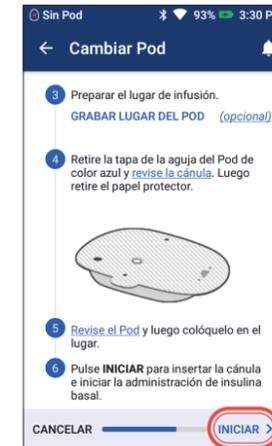


2.4 + Retire con cuidado la cubierta de papel blanco del adhesivo y asegúrese de que el adhesivo esté limpio e intacto.

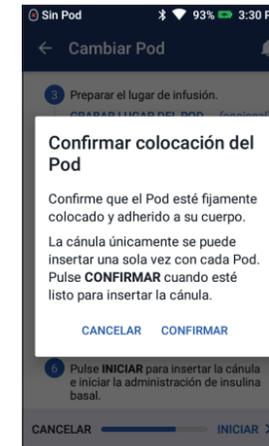


2.5 + Coloque el Pod en el lugar seleccionado.
+ Pase un dedo por el adhesivo para asegurarlo.

3. Presione Iniciar

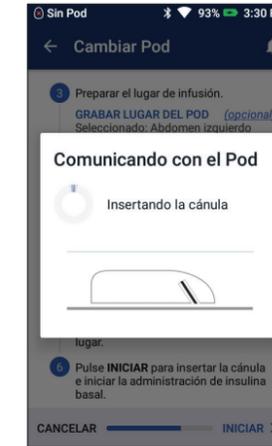


3.1 + Pulse "INICIAR".



3.2 + Verifique que el Pod esté firmemente colocado y adherido a su cuerpo y luego, pulse "CONFIRMAR".

+ Para conocer la técnica recomendada, consulte cómo pellizcar la piel en la sección "Colocación del Pod, preparación y consejos" de esta Guía de recursos.



3.3 + El Pod inserta automáticamente la cánula y administra un bolo de cebado para llenar la cánula con insulina.



3.4 + Una vez que se haya insertado la cánula, verifique que la inserción es la adecuada. Para ello, compruebe que la lámina rosa pueda verse desde el visor semitransparente en la parte superior del Pod.



3.5 + ¡Su Pod ya está activado!

+ El PDM generará un recordatorio automático para verificar su glucosa en sangre 1 h 30 min después de cada cambio de Pod.



ADVERTENCIA:

- + El Gestor personal de diabetes generará un recordatorio automático para verificar su glucosa en sangre 1 h 30 min después de cada cambio de Pod. Si la cánula no está insertada correctamente, esto puede conducir a una hiperglucemia. Verifique que no esté mojado y que no huela a insulina, ya que esto puede indicar que la cánula se ha salido.
- + NUNCA inyecte insulina (ni otra cosa) en el puerto de llenado mientras el Pod esté colocado en su cuerpo. Si lo hace, puede interrumpirse el suministro de insulina o hacer que este no se lleve a cabo como debería.
- + Verifique que la cánula no se extienda más allá de la parte adhesiva una vez que se haya retirado la tapa de la aguja.

SIÉNTASE CÓMODO Y CONFIADO CON SU POD DE OMNIPOD DASH™

Es fácil encontrar un lugar para su Pod. Como no tiene tubos y es ligero, puede usarlo con libertad.

Dónde poner el Pod

Es importante elegir una nueva área cada vez que coloque un Pod para evitar usar siempre el mismo lugar, lo que podría generar una absorción variable. La nueva área debe estar a una distancia de, al menos, 1 pulgada del lugar anterior y a 2 pulgadas del ombligo. Además, se deben evitar lunares, cicatrices o tatuajes, donde la absorción de insulina podría reducirse. Asegúrese de colocar su Pod en un lugar donde se sienta cómodo: evite los lugares donde cinturones, pretinas o ropa ajustada puedan rozar con el Pod, hacer que se desprenda o causar molestias.

Cómo colocar el Pod

Brazos y piernas

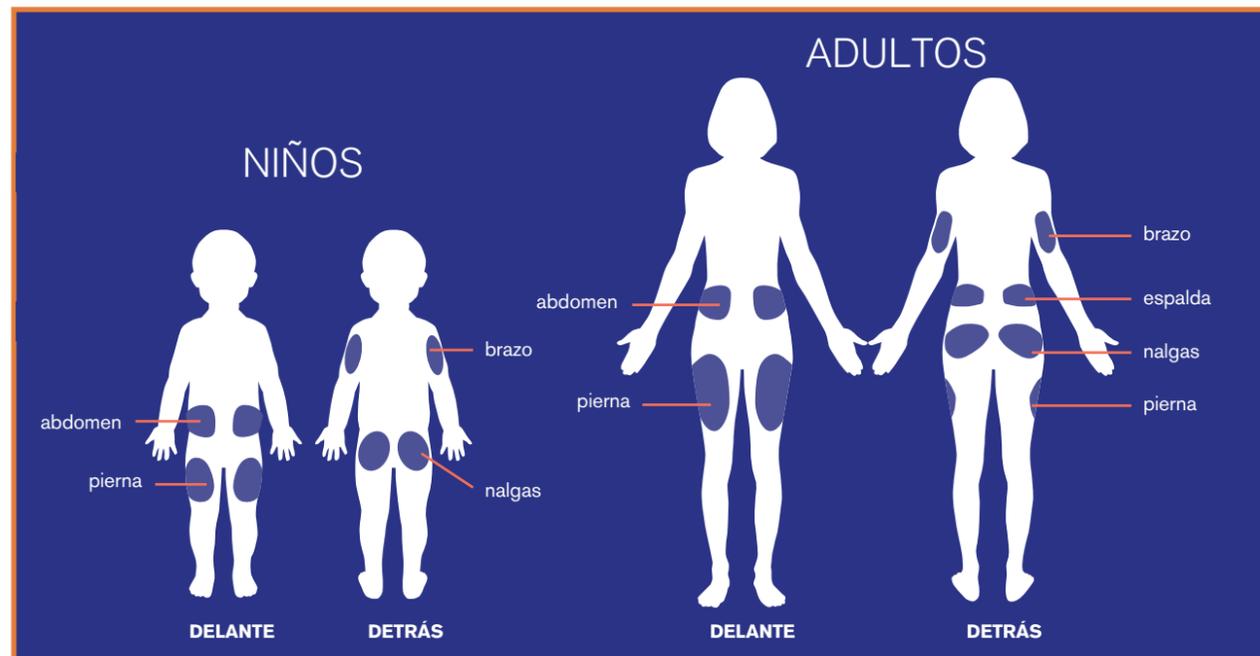
Coloque el Pod en posición vertical o ligeramente inclinado.

Espalda, abdomen y nalgas

Coloque el Pod en posición horizontal o ligeramente inclinado.

Cómo realizar el pellizco

Este paso es importante en caso de que el lugar de colocación del Pod sea muy magro o no tenga mucho tejido adiposo. Coloque la mano sobre el Pod y realice un pellizco amplio alrededor de la piel que rodea el visor. Luego, presione el botón Iniciar en el Gestor personal de diabetes. Puede soltar la piel una vez que se inserte la cánula.



Preparación para el Pod

Recuerde que deberá estar calmado y fresco (seco, sin transpiración) en el momento de cambiar su Pod. A continuación se muestran algunos posibles problemas de adherencia:

Problemas con...	Descripción	Solución
piel grasa	Los residuos de jabón, lociones, champú o acondicionador pueden evitar que su Pod permanezca adherido.	Limpie el área por completo con alcohol antes de ponerse el Pod y asegúrese de dejar que su piel se seque al aire.
piel húmeda	La humedad impide la adhesión.	Use una toalla para secarse y deje que su piel acabe de secarse al aire; no sople.
vello corporal	El exceso de vello evitará que el Pod se adhiera de forma segura.	Recorte o rasure el área con una rasuradora para crear una superficie suave a la que el Pod pueda adherirse. Haga esto 24 horas antes de colocarse el Pod para evitar que se irrite la piel.

Productos útiles para fijar y retirar su Pod*

Los Podders™ experimentados indican haber usado los siguientes productos para llevar su Pod con mayor comodidad.

Preparar la piel

- + Toallita con alcohol BD www.bd.com
- + Limpiador dérmico Hibiclens www.amazon.com

Ayudar a que el Pod se adhiera

Adhesivos y más.

- + Película protectora Bard® www.crbard.com/medical
- + Película adhesiva Torbot Skin Tac™ www.torbot.com
- + Toallitas AllKare® www.convatec.com
- + Adhesivo líquido Mastisol® www.amazon.com
- + Adhesivo médico Hollister www.amazon.com

Proteger la piel

Evite la irritación mediante barreras y accesorios.

- + Película protectora Bard® www.crbard.com/medical
- + Película adhesiva Torbot Skin Tac™ www.torbot.com
- + Toallitas AllKare® www.convatec.com
- + Toallitas protectoras para la piel Adapt™ de Hollister www.amazon.com
- + Película protectora sin ardor Cavilon™ de 3M™ www.3m.com

Mantener el Pod en su lugar

Mantenga su Pod incluso más seguro mediante vendas y adhesivos.

- + Esparadrapo Mefix® de 2" www.amazon.com
- + Vendaje autoadhesivo Coban™ de 3M™ www.3m.com

- + Bandas para brazos y muslos Bands 4 Life www.bands4life.net

Retirar el Pod con suavidad

Use algún método suave con sustancias humectantes y removedoras.

- + Aceite en gel o aceite para bebés www.johnsonsbaby.com
- + Removedor de adhesivos UNI-SOLVE◇ www.amazon.com
- + Detachol® www.amazon.com
- + Removedor de adhesivos Torbot TacAway www.amazon.com

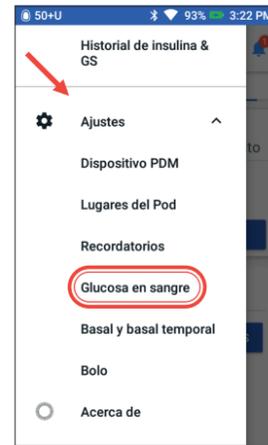
(Después de retirar el Pod, limpie el área con agua tibia y jabón. Enjuague bien para eliminar cualquier residuo que aún quede en la piel).

CONTOUR®NEXT ONE EMPAREJAMIENTO DEL MEDIDOR DE GLUCOSA EN SANGRE

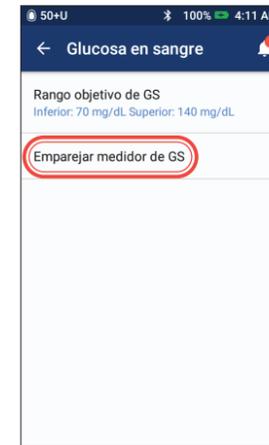
CONTOUR®NEXT ONE SINCRONIZACIÓN DEL MEDIDOR DE GLUCOSA EN SANGRE



1. + Pulse el icono de menú en la pantalla de inicio.



2. + En "Ajustes", pulse "Glucosa en sangre".



3. + Pulse "Emparejar medidor de GS".

NOTA: su medidor de GS debe encontrarse en modo de emparejamiento antes de pulsar "Emparejar medidor de GS".



4. + El PDM buscará los medidores de GS CONTOUR®NEXT ONE disponibles.



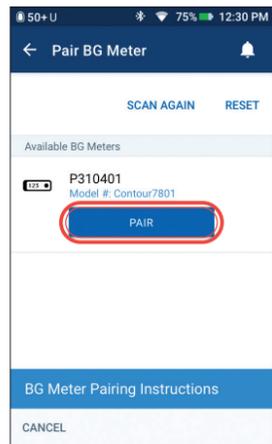
1. + Una vez que el medidor de GS CONTOUR®NEXT ONE esté emparejado, podrá sincronizar su GS. Después de revisar su GS, deje el medidor encendido y junto al PDM. Pulse "INGRESAR GS".



2. + Con el medidor CONTOUR®NEXT ONE encendido, pulse "SINCRONIZAR MEDIDOR DE GS".



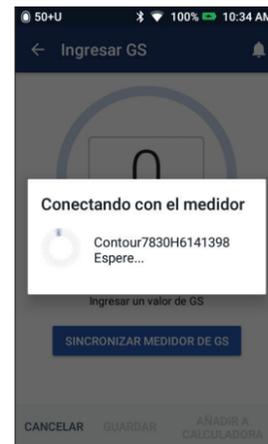
3. + Pulse "GUARDAR" o "AÑADIR A CALCULADORA" si se está administrando un bolo.



5. + Seleccione el medidor adecuado que coincida con el número de serie que aparece en la parte posterior de su medidor de GS.

+ Pulse "EMPAREJAR".

+ Si es necesario, pulse "Instrucciones para emparejar el medidor de GS" a fin de obtener instrucciones adicionales.



6. + Su PDM le indicará que se está conectando al medidor de GS.



7. + Su PDM ahora está emparejado con el medidor de GS CONTOUR®NEXT ONE.

Consejos para realizar las pruebas

- + El medidor CONTOUR®NEXT ONE debe estar encendido durante la sincronización. Una vez que obtenga la lectura de GS, deje la tira reactiva en el medidor y sincronice de inmediato (el medidor CONTOUR®NEXT ONE permanecerá encendido durante 3 minutos).
- + Revise su glucosa en sangre tan a menudo como sea necesario. Deberá verificar sus valores cuando sienta síntomas como debilidad, dolor de cabeza o sudoración, cuando haya retrasado una comida después de administrarse insulina y cuando su médico le aconseje hacerlo.
- + Para tener los dedos bien limpios, lávese las manos con jabón y agua tibia. Séquese por completo antes de realizar la prueba. Los residuos en los dedos pueden afectar a los resultados de glucosa en sangre.
- + Use un dedo diferente cada día o cada vez que se realice una prueba. Utilice los bordes de los dedos. Tenga cuidado de no acercarse demasiado a la cutícula. Esto permite que el dedo se cure con menos dolor o molestias.
- + Asegúrese de que las tiras reactivas estén almacenadas en su empaque original cerrado y verifique la fecha de caducidad.
- + Use una lanceta nueva para cada prueba, ya que reutilizar las lancetas hace que se desafilen y duela más la punción.



ADVERTENCIA:

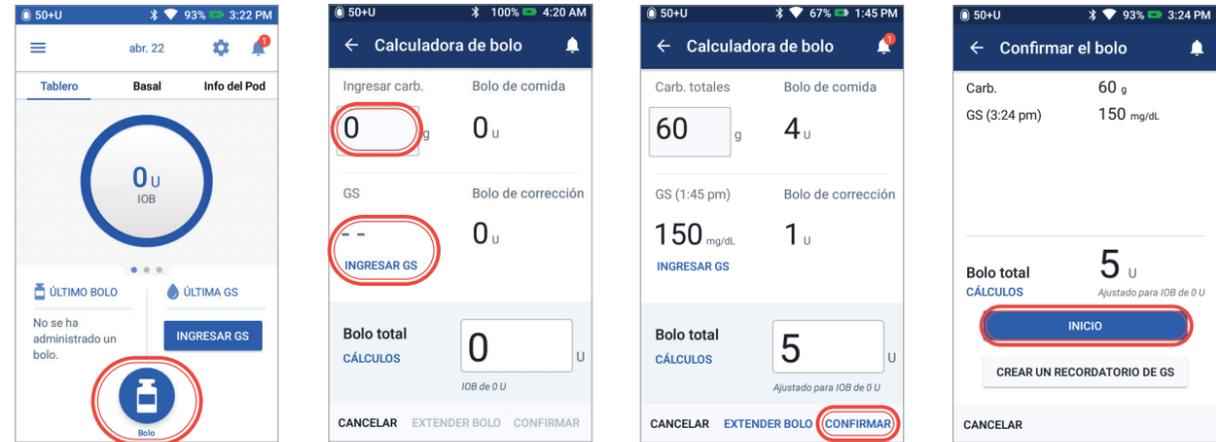
No se deben usar mediciones obtenidas a partir de pruebas en lugares alternativos para calcular las dosis de insulina con el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™.



Precaución: consulte la Guía de usuario.

Los valores que se muestran aquí tienen una finalidad meramente ilustrativa. Las pantallas reales pueden variar en función de los ajustes del usuario. Consulte con su médico antes de usar estas funciones avanzadas. Su médico también puede proporcionarle sus propias recomendaciones personalizadas.

ADMINISTRAR UN BOLO

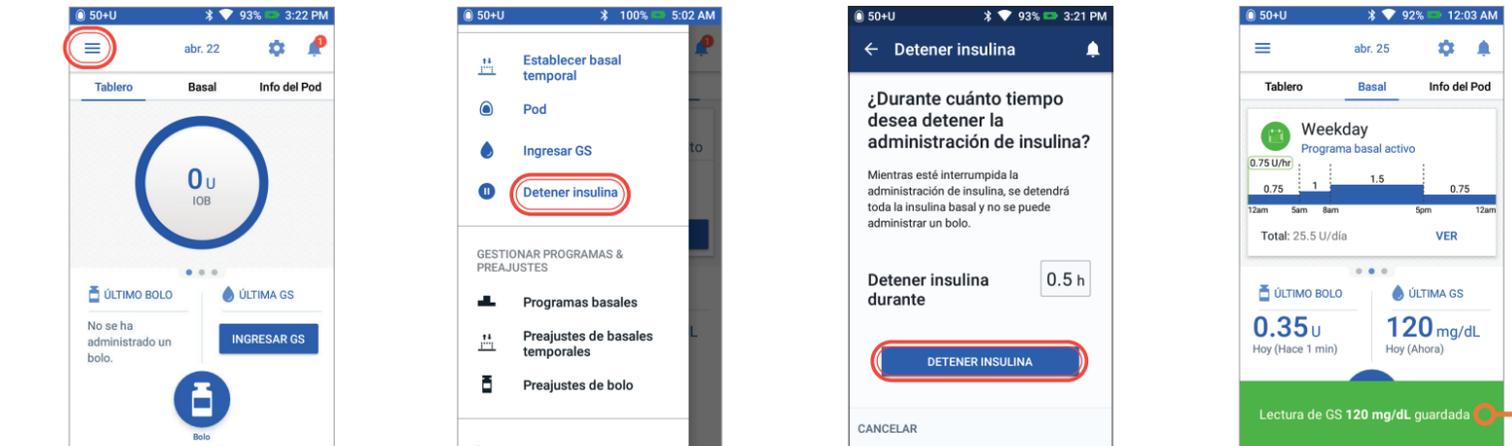


- + Pulse el botón Bolo en la pantalla de inicio.
- + Pulse "Ingresar carb." para registrar los gramos de carbohidratos. Sincronice (consulte la sección SINCRONIZACIÓN DEL MEDIDOR DE GLUCOSA EN SANGRE) o ingrese manualmente su GS. Para ello, pulse "INGRESAR GS".
- + Pulse "CONFIRMAR" una vez que haya revisado los valores ingresados.
- + Pulse "INICIAR" para comenzar con la administración del bolo.

Recordatorio

La pantalla de inicio muestra una barra de progreso y detalles mientras está administrando un bolo. No puede usar su PDM mientras se esté administrando un bolo inmediato.

DETENER Y REANUDAR LA ADMINISTRACIÓN DE INSULINA



- + Pulse el icono de menú en la pantalla de inicio.
- + Pulse "Detener insulina".
- + Desplácese para elegir la duración deseada de la suspensión de insulina (mínimo de 0,5 horas y máximo de hasta 2 horas).
- + La pantalla de inicio muestra un banner de color amarillo que indica "Está interrumpida la administración de insulina".

- + Pulse "DETENER INSULINA".
- + El Pod emitirá un pitido cada 15 minutos durante la suspensión.

- + Cuando el Pod complete la duración de la suspensión, se le pedirá que reanude la administración de insulina. La administración de insulina NO se reanuda automáticamente.
- + El Pod y el PDM repetirán una notificación cada 15 minutos hasta que usted reanude la administración de insulina.

Recordatorio

En lugar de esperar a que desaparezcan los banners de confirmación de color verde, puede deslizarlos hacia la derecha para descartarlos.

ADVERTENCIA:
 La administración de insulina no se reanuda hasta que usted presione Reanudar insulina. Si no reanuda la administración de insulina, podría desarrollar hiperglucemia (nivel alto de glucosa en sangre).
 Nota: acuérdesse de reanudar la administración de insulina.
 Los valores que se muestran aquí tienen una finalidad meramente ilustrativa. Las pantallas reales pueden variar en función de los ajustes del usuario. Consulte con su médico antes de usar estas funciones. Su médico también puede proporcionarle sus propias recomendaciones personalizadas.

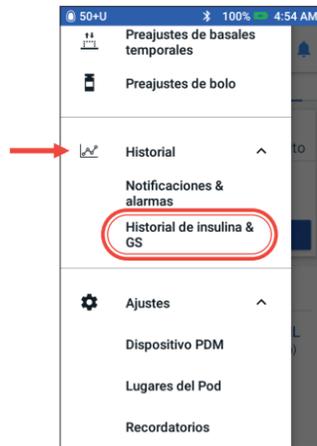
RECORDATORIOS Y CONSEJOS IMPORTANTES DEL PDM

Estos consejos están destinados para ser utilizados únicamente con el modelo correspondiente del Gestor personal de diabetes de DASH™. El número de serie y el modelo se encuentran en la parte posterior del PDM.

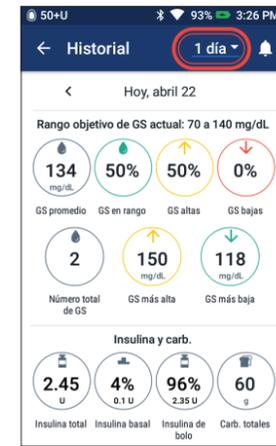
Cómo ver el historial de insulina y GS



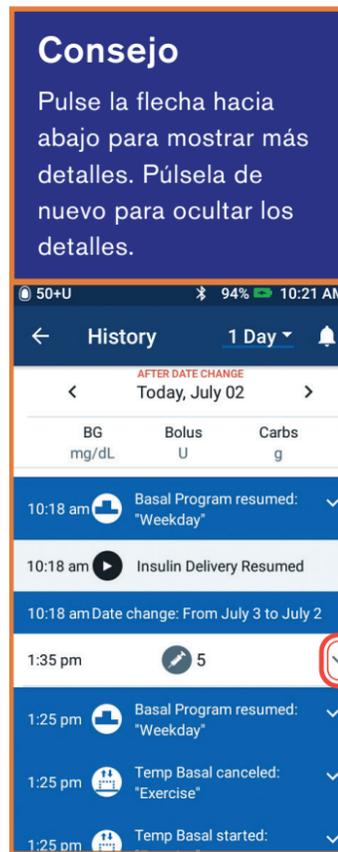
1. + Pulse el icono de menú en la pantalla de inicio.



2. + Pulse "Historial" para expandir la lista.
+ Pulse "Historial de insulina & GS".



3. + Puede consultar su GS, insulina y carbohidratos.
+ Toque el menú desplegable del día para ver un solo día o promedios de varios días.
+ Deslice hacia arriba para ver la sección de detalles.



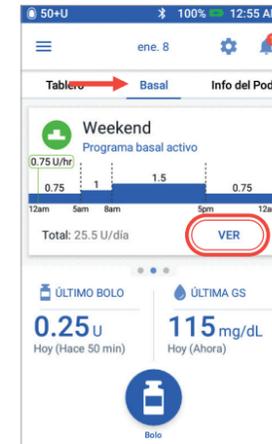
Consejo
Pulse la flecha hacia abajo para mostrar más detalles. Púlsela de nuevo para ocultar los detalles.

History 1 Day

AFTER DATE CHANGE Today, July 02

BG mg/dL	Bolus U	Carbs g
10:18 am	Basal Program resumed: "Weekday"	
10:18 am	Insulin Delivery Resumed	
10:18 am	Date change: From July 3 to July 2	
1:35 pm	5	
1:25 pm	Basal Program resumed: "Weekday"	
1:25 pm	Temp Basal canceled: "Exercise"	
1:25 pm	Temp Basal started:	

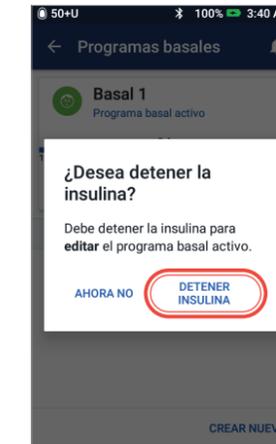
Cómo editar un Programa basal



1. + Pulse "Basal" en la pantalla de inicio.
+ Pulse "ver".



2. + Pulse "EDITAR" en el programa basal que desea cambiar.



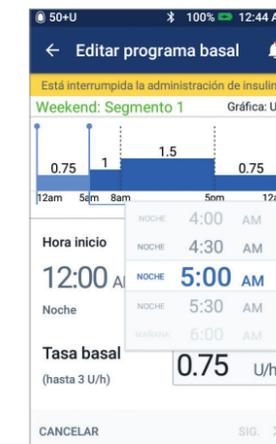
3. + Pulse "DETENER INSULINA" si está cambiando el programa basal activo.



4. + Pulse para editar el nombre del programa y elija una etiqueta para el programa, o bien, pulse "SIG." para editar las tasas basales y los segmentos de tiempo basales.



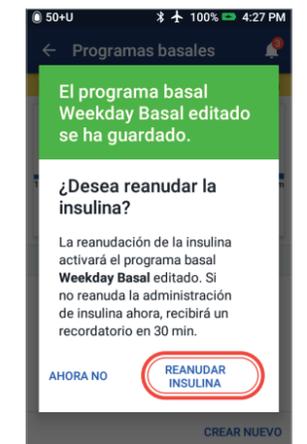
5. + Pulse en el segmento para editar.



6. + Edite los segmentos de tiempo y las tasas basales para el periodo de 24 horas.



7. + Pulse "GUARDAR" una vez que haya terminado.



8. + Pulse "REANUDAR INSULINA".

Precaución: consulte la Guía de usuario.

Los valores que se muestran aquí tienen una finalidad meramente ilustrativa. Las pantallas reales pueden variar en función de los ajustes del usuario. Consulte con su médico antes de usar estas funciones. Su médico también puede proporcionarle sus propias recomendaciones personalizadas.

Los valores que se muestran aquí tienen una finalidad meramente ilustrativa. Las pantallas reales pueden variar en función de los ajustes del usuario. Consulte con su médico antes de usar estas funciones. Su médico también puede proporcionarle sus propias recomendaciones personalizadas.

FUNCIONES AVANZADAS DEL SISTEMA OMNIPOD DASH™

Cómo usar la función de Bolo extendido

Cuándo se debe usar:

Esta función se usa más a menudo para comidas con un alto contenido de grasa o proteínas, como la pizza, hamburguesas con queso o pollo frito, cuando la digestión de carbohidratos podría retrasarse.

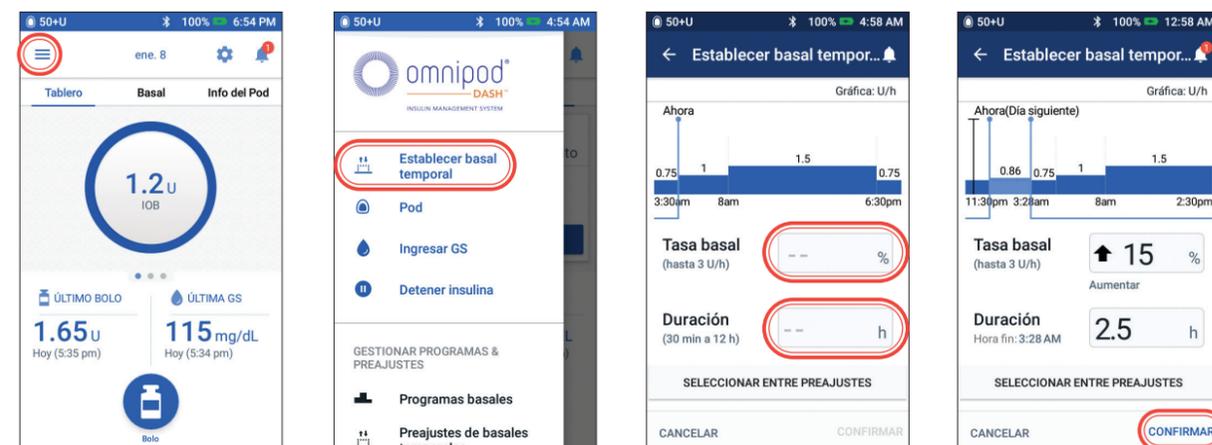


- + Pulse el botón Bolo en la pantalla de inicio.
- + Después de ingresar los valores de carbohidratos y GS, pulse "EXTENDER BOLO".
- + Ingrese la cantidad del bolo de comida que se administrará inmediatamente (la porción extendida se ajustará de forma automática).
+ Ingrese la duración.
+ Pulse "CONFIRMAR".
- + Confirme los valores ingresados.
+ Pulse "INICIAR".

Cómo establecer una tasa basal temporal

Cuándo se debe usar:

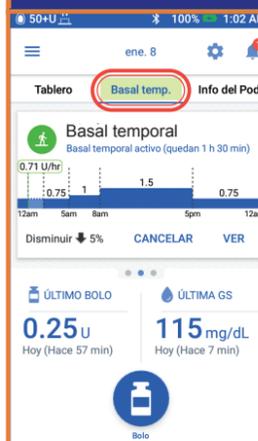
Una tasa basal temporal le permite ajustar su insulina de base durante un periodo predeterminado de tiempo. Esta función se utiliza mejor para tener en cuenta un cambio temporal en una rutina diaria, como actividad física o días de enfermedad. Las tasas basales temporales pueden establecerse para duraciones de entre 30 minutos y 12 horas. Una vez que se alcanza el límite de tiempo, el Pod vuelve automáticamente al programa basal activo.



- + Pulse el icono de menú en la pantalla de inicio.
- + Pulse "Establecer basal temporal".
- + Pulse sobre el cuadro de entrada de texto "Tasa basal" y seleccione su cambio en %. Pulse sobre el cuadro de entrada de texto Duración y seleccione la cantidad de tiempo.
- + Pulse "CONFIRMAR" para iniciar el basal temporal.

Consejo

El basal temporal se resalta en color verde en la pestaña de la pantalla de inicio para indicar que hay un basal temporal en ejecución.



Consejo

El basal temporal puede cambiarse a una tasa fija de unidades (U/h). Para realizar este cambio, vaya a la sección de ajustes y pulse en Basal y Basal temporal. Sus ajustes pueden configurarse en un % o una tasa fija (U/h). El Gestor personal de diabetes estaba establecido en % para todos los ejemplos que se muestran.



ADVERTENCIA:

Cuando esté usando la función de bolo extendido, el usuario debe revisar sus niveles de glucosa en sangre con mayor frecuencia para evitar la hipoglucemia o la hiperglucemia.

Los valores que se muestran aquí tienen una finalidad meramente ilustrativa. Las pantallas reales pueden variar en función de los ajustes del usuario. Consulte con su médico antes de usar estas funciones avanzadas. Su médico también puede proporcionarle sus propias recomendaciones personalizadas.

Los valores que se muestran aquí tienen una finalidad meramente ilustrativa. Las pantallas reales pueden variar en función de los ajustes del usuario. Consulte con su médico antes de usar estas funciones avanzadas. Su médico también puede proporcionarle sus propias recomendaciones personalizadas.

Cómo crear y usar programas basales adicionales

Cuándo se debe usar:

Por lo general, se usan diferentes programas basales para días completos que salen de su rutina común (por ejemplo, para fines de semana frente a días laborales).

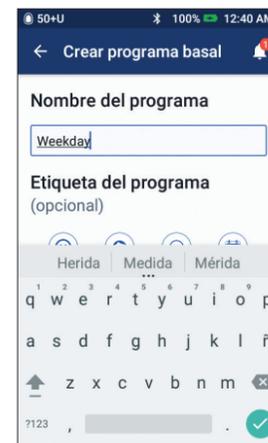
Consulte con su médico antes de crear programas basales adicionales.



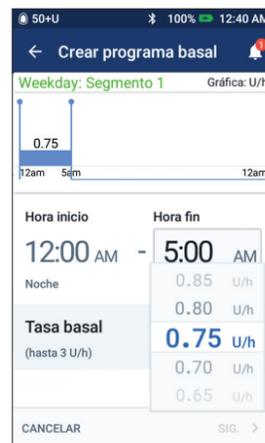
1. + Pulse "Basal" en la pantalla de inicio.
+ Pulse "VER".



2. + Pulse "CREAR NUEVO".



3. + Cambie el nombre del programa o conserve el nombre predeterminado. Por ejemplo, "Fin de semana". Toque para elegir una etiqueta del programa.



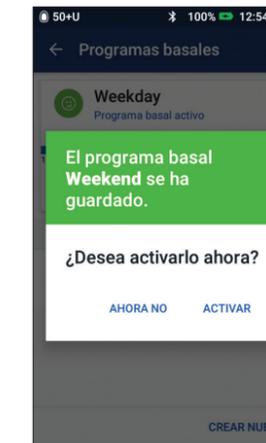
4. + Edite los valores de Hora inicio y Hora fin.
+ Pulse "Sig."
+ Continúe agregando segmentos para todo el periodo de 24 horas.
+ Pulse "Sig." para continuar.



5. + Pulse "CONTINUAR" para revisar los segmentos de tiempo y las tasas basales.



6. + Revise su nuevo programa basal.
+ Si es correcto, pulse "GUARDAR".



7. + Elija activar su nuevo programa basal ahora o más adelante.

Consejo

Desde Programas basales, puede activar, editar o eliminar los diferentes programas basales que haya guardado. Para ello, toque el icono de opciones (3 puntos).

Cómo crear y usar preajustes de basales temporales

Cuándo se debe usar:

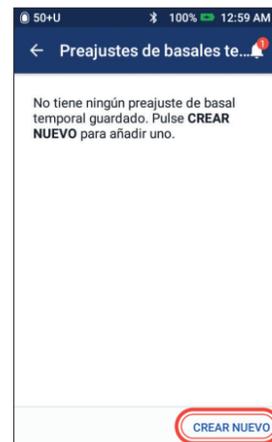
Recomendados para actividades rutinarias "temporales", como una clase de ejercicios que se realiza dos veces por semana. El Gestor personal de diabetes puede almacenar hasta 12 preajustes de basales temporales. Para acceder a sus preajustes de basales temporales, seleccione **Basal temporal** en el menú principal.



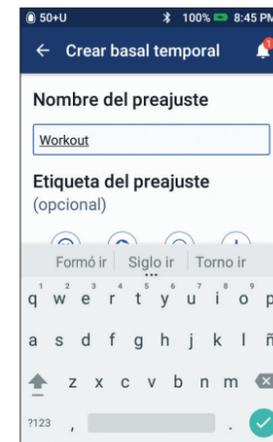
1. + Pulse el icono de menú en la pantalla de inicio.



2. + Pulse "Preajustes de basales temporales".



3. + Pulse "CREAR NUEVO" para ingresar un nuevo preajuste de basal temporal.



4. + Puede tocar para ingresar el nombre del preajuste o una etiqueta del preajuste.
+ Pulse "Sig." para continuar.



5. + Pulse sobre el cuadro de entrada de texto "Tasa basal" y seleccione su cambio en %.
+ Pulse y luego, desplácese para seleccionar la duración.



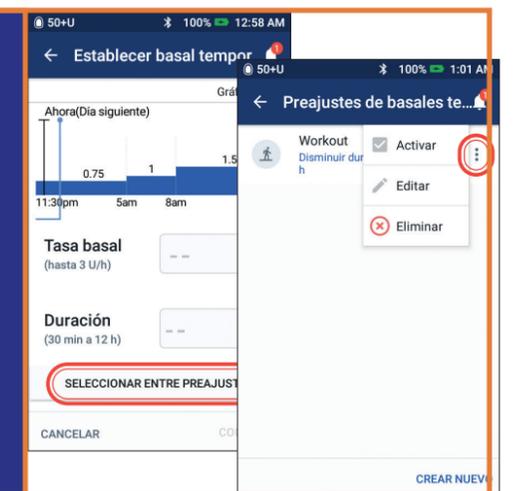
6. + Pulse "CONFIRMAR".



7. + Pulse "GUARDAR" para guardar un preajuste de basal temporal.

Consejo

- + Si ya ha creado preajustes temporales, puede acceder a ellos desde Establecer basal temporal.
- + Pulse "SELECCIONAR ENTRE PREAJUSTES".
- + Toque el icono de opciones (3 puntos) para activar, editar o eliminar sus preajustes de basales temporales.



Consejo

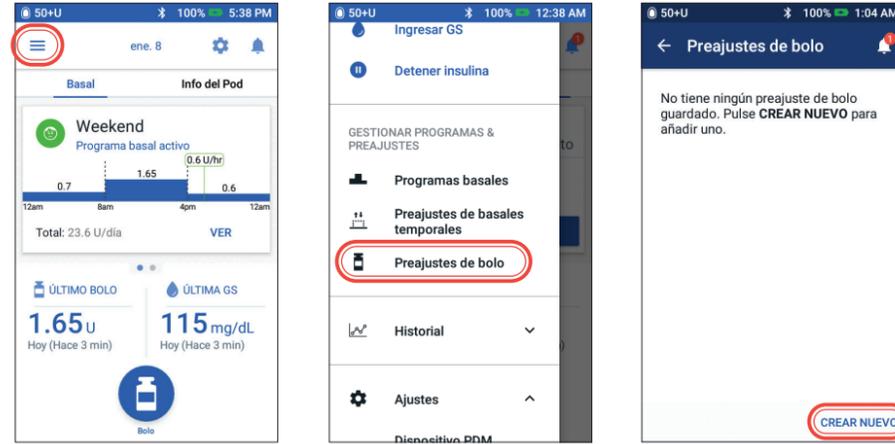
Se pueden crear preajustes para las funciones que se utilizan con más frecuencia del sistema DASH™. Por ejemplo, si debe establecer las mismas tasas basales temporales para una actividad en particular, los preajustes pueden ahorrarle mucho tiempo.

En cualquier preajuste, tendrá la opción de cambiar el nombre de su entrada para disfrutar de un nivel de personalización aún mayor.

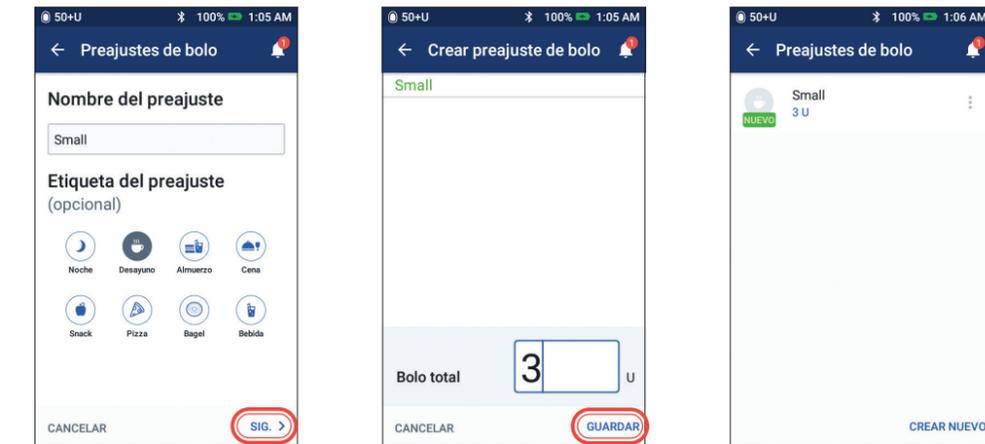
Cómo crear y usar preajustes de bolo

Cuándo se debe usar:

Los preajustes de bolo solo pueden utilizarse si la Calculadora de bolo está **OFF**. Esta función se recomienda para aquellos que utilizan cantidades establecidas de bolo en sus comidas. Para acceder a sus preajustes de bolo, seleccione **Bolo** en la pantalla de inicio.



1. + Pulse el icono de menú en la pantalla de inicio.
2. + Pulse "Preajustes de bolo".
3. + Pulse "CREAR NUEVO".

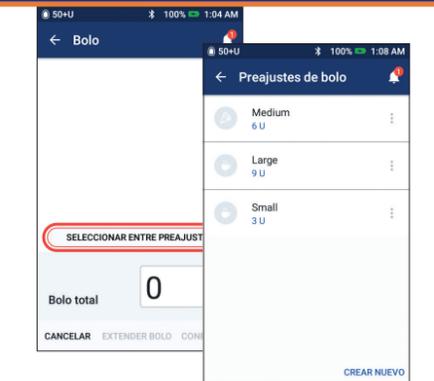


4. + Edite el nombre del preajuste y la etiqueta.
+ Pulse "SIG.".
5. + Pulse para editar la cantidad de unidades.
+ Pulse "GUARDAR".
6. + Se ha guardado su preajuste de bolo.
+ Pulse "CREAR NUEVO" para agregar nuevos Preajustes de bolo, según sea necesario.

Consejo

Para usar los preajustes de bolo que ya tiene guardados:

- + Pulse "Bolo".
- + Pulse "Seleccionar entre preajustes".
- + Pulse en el preajuste de bolo que desea usar.
- + Pulse "Confirmar".



ADMINISTRACIÓN EN DÍAS DE ENFERMEDAD

Plan de acción

Consulte con su médico todo lo relativo a la administración en días de enfermedad. Siempre siga las pautas que le haya dado su médico en función de sus necesidades individuales. A continuación, solo se indican pautas generales.

Situaciones de emergencia

- + Para una GS de 250 mg/dL o más, consulte el Plan de acción para hiperglucemia.
- + Para una GS de 70 mg/dL o menos (con o sin síntomas), consulte el Plan de acción para hipoglucemia.

Durante una enfermedad

Si tiene un resfriado, un virus estomacal, dolor de muelas u otra enfermedad leve:

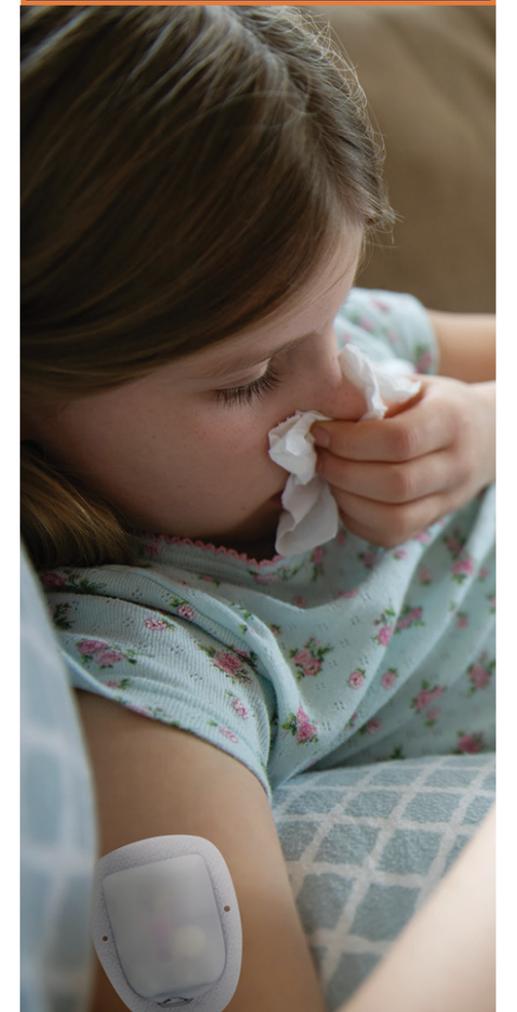
- + Revise su glucosa en sangre con más frecuencia (cada 2 a 4 horas o, al menos, 4 veces al día).
- + Revise si tiene cetonas: en cualquier momento que su GS sea de 250 mg/dL o superior.
- + Use un basal temporal según las indicaciones de su médico.
- + Hidrátese.
- + Controle la cantidad de orina que haga.
- + Mantenga un registro de la información (GS, revisiones de cetonas, líquidos ingeridos y tiempo/cantidad de orina, vómitos, diarrea, temperatura).

Llame inmediatamente a su médico si experimenta lo siguiente:

- + náuseas persistentes o si está vomitando o tiene diarrea durante más de dos horas
- + dificultad para respirar
- + comportamiento inusual (como confusión, dificultad para hablar, visión doble, incapacidad para moverse, movimientos bruscos)
- + GS alta y persistente o presencia de cetonas después del tratamiento con insulina adicional y de haber bebido líquidos
- + GS baja y persistente que no responde a la disminución de insulina y al consumo de líquidos que contienen carbohidratos
- + fiebre superior a 100,5 °F (38,05 °C)
- + cetonas medianas a grandes en la orina o $\geq 1,0$ mmol/L de cetonas en sangre

Recordatorio

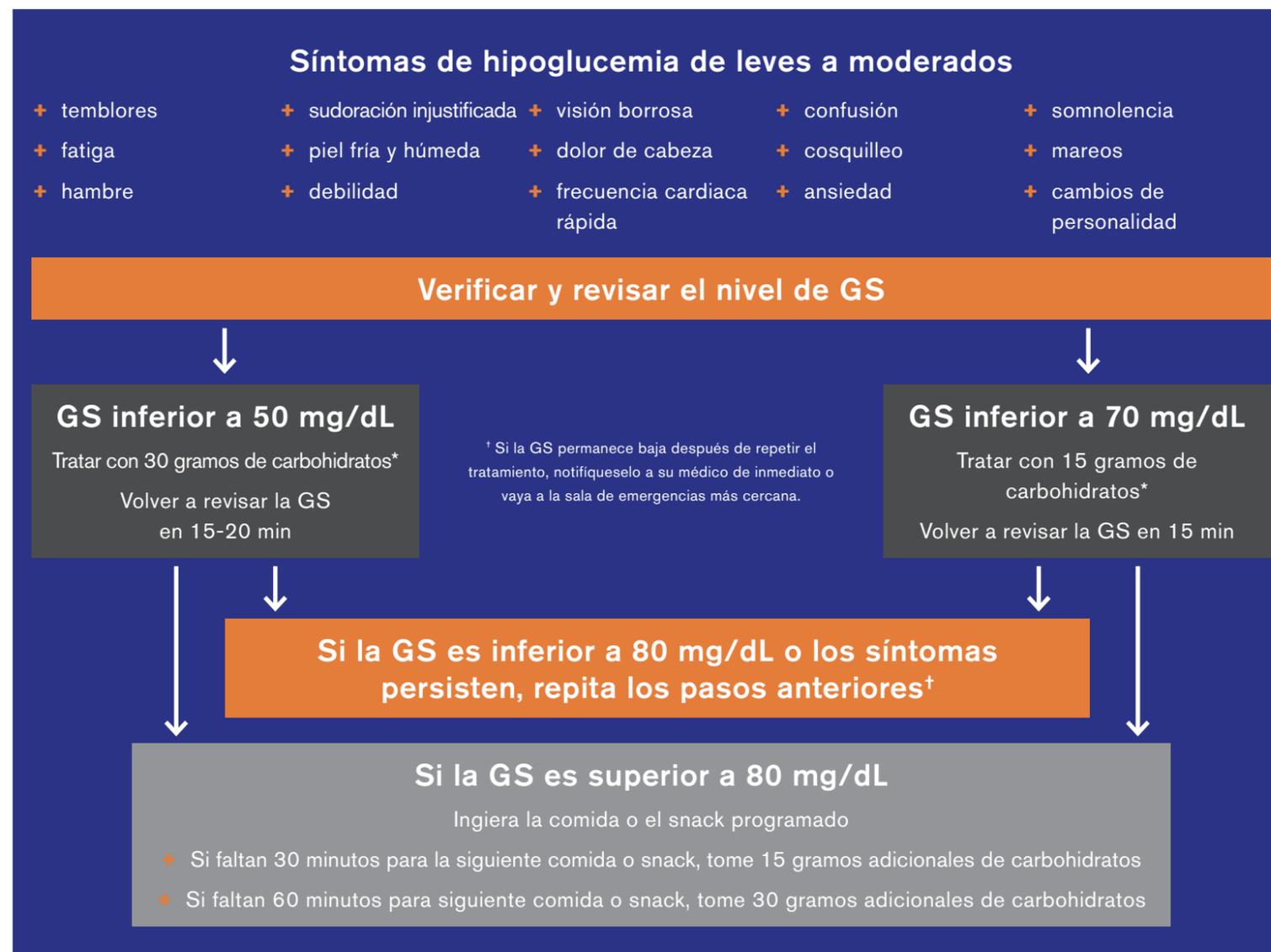
Los síntomas de la CAD (cetoacidosis diabética) son muy similares a los de la gripe. Antes de suponer que tiene gripe, revise su nivel de GS para descartar una CAD. Consulte a su médico para obtener más información. Siempre consulte con su médico cuando experimente hiperglucemia y días de enfermedad. Siempre siga las pautas que le haya dado su médico.



HIPOGLUCEMIA

Glucosa en sangre (GS) <70 mg/dL o ≤80 mg/dL con síntomas

Siempre siga las pautas que le haya dado su médico. Las siguientes pautas derivan de las recomendaciones de Joslin Diabetes Center y pueden diferir de aquellas que le haya proporcionado su médico.



Plan de acción

Nunca ignore los signos de un nivel bajo de glucosa en sangre, sin importar cómo de leves sean. Si no se trata, la hipoglucemia grave puede causar convulsiones y conducir a la pérdida de conocimiento. Si experimenta o se observa pérdida de la conciencia, incapacidad para tragar el tratamiento con glucosa o convulsiones, tome las siguientes medidas de inmediato:

- + administrar glucagón según las indicaciones del médico
- + avisar a un médico
- + llamar al 911
- + detener la administración de insulina

Resolución de problemas para hipoglucemia frecuente

Revisar los ajustes del Gestor personal de diabetes

- + ¿Está activo el programa basal correcto?
- + ¿El PDM está configurado correctamente?
- + ¿El basal temporal (si está activo) es correcto?
- + ¿Los niveles de glucosa en sangre objetivo son correctos?
- + ¿El factor de corrección de insulina se ha establecido correctamente?
- + ¿El índice de insulina a carb. es correcto?



Consulte a su médico para obtener orientación sobre cómo configurar sus ajustes en el PDM.

Revisar la actividad reciente

Actividad física

- + ¿Su ejercicio ha sido inusualmente largo o extenuante?
- + ¿Ha estado inusualmente activo a nivel físico? (por ejemplo, ¿ha realizado tareas domésticas o caminatas adicionales, tareas pesadas o repetitivas, ha levantado o cargado peso?)
- + ¿Usó un basal temporal disminuido durante esta actividad?
- + ¿Consumió carbohidratos antes, durante o después de la actividad?

Comidas/snacks

- + ¿Contó los carbohidratos de forma correcta, incluso restando la fibra significativa?
- + ¿Administró un bolo con los alimentos?
- + ¿Consumió alcohol?

Para obtener más información, consulte la guía de usuario para el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™.

¡Nunca deje desatendida a una persona hipoglucémica!

Indicaciones importantes: asegúrese de que su nivel de glucosa en sangre sea de al menos 100 mg/dL antes de conducir u operar maquinaria o equipos peligrosos. Incluso aunque no pueda revisar su nivel de GS, no espere para tratar los síntomas de la hipoglucemia. A fin de evitar la insensibilidad a la hipoglucemia, revise su GS con más frecuencia.

Las pautas generales anteriores están basadas en la información de Joslin Diabetes Center. Para obtener más indicaciones, consulte con su médico a fin de recibir consejos pertinentes en su caso.

PRECAUCIÓN: consulte la Guía de usuario.

Las pautas generales anteriores están basadas en la información de Joslin Diabetes Center. Para obtener más indicaciones, consulte con su médico a fin de recibir consejos pertinentes en su caso.

HIPERGLUCEMIA

Lectura de glucosa en sangre (GS) ≥ 250 mg/dL

Siempre siga las pautas que le haya dado su médico. Las siguientes pautas derivan de las recomendaciones de Joslin Diabetes Center y pueden diferir de aquellas que le haya proporcionado su médico.

Recordatorio

Si experimenta náuseas persistentes o si está vomitando o tiene diarrea durante más de dos horas, comuníquese con su médico de inmediato.

Resolución de problemas para hiperglucemia frecuente

Revisar los ajustes del Gestor personal de diabetes

Revisar la pantalla de estado

- + Último bolo: ¿era demasiado pequeño?
 - ¿El bolo se administró en el momento correcto?
 - ¿Tuvo en cuenta las comidas con un alto contenido de grasa o proteínas?
- + Programa basal: ¿se está ejecutando el programa basal adecuado?
- + Basal temporal: ¿tiene en ejecución un basal temporal que debería haber desactivado?

Revisar mis registros

- + Historial de alarmas: ¿ignoró o no escuchó alarmas ante las que debería haber reaccionado?

Revisar el Pod

Revisar la cánula a través del visor

- + ¿La cánula se deslizó debajo de su piel?
- + ¿Hay sangre en la cánula?

- + ¿Observa enrojecimiento, drenaje u otros signos de infección alrededor de la cánula?

Si la respuesta es SÍ, cambie el Pod. Si sospecha que sufre una infección, llame a su médico.

Revisar el lugar de infusión

- + ¿Hay enrojecimiento o hinchazón alrededor del Pod y el adhesivo?
- + ¿Observa una fuga de insulina en el lugar de infusión o hay olor a insulina?

Si la respuesta es SÍ, cambie el Pod. Si sospecha que sufre una infección, llame a su médico.

Revisar el apósito adhesivo

- + ¿El apósito adhesivo se desprende de la piel?
- + ¿El Pod se desprende del apósito adhesivo?

Si la respuesta es SÍ y la cánula sigue insertada correctamente, puede volver a pegar el Pod con cinta adhesiva o algún otro adhesivo para evitar que se desprenda.

Si la cánula ya no se encuentra debajo de su piel, cambie el Pod.

Revisar su insulina

- + ¿La insulina que usó ha caducado?
 - + ¿La insulina utilizada ha estado expuesta a temperaturas extremas?
- Si la respuesta es SÍ, cambie el Pod y utilice un nuevo vial de insulina.

Plan de acción

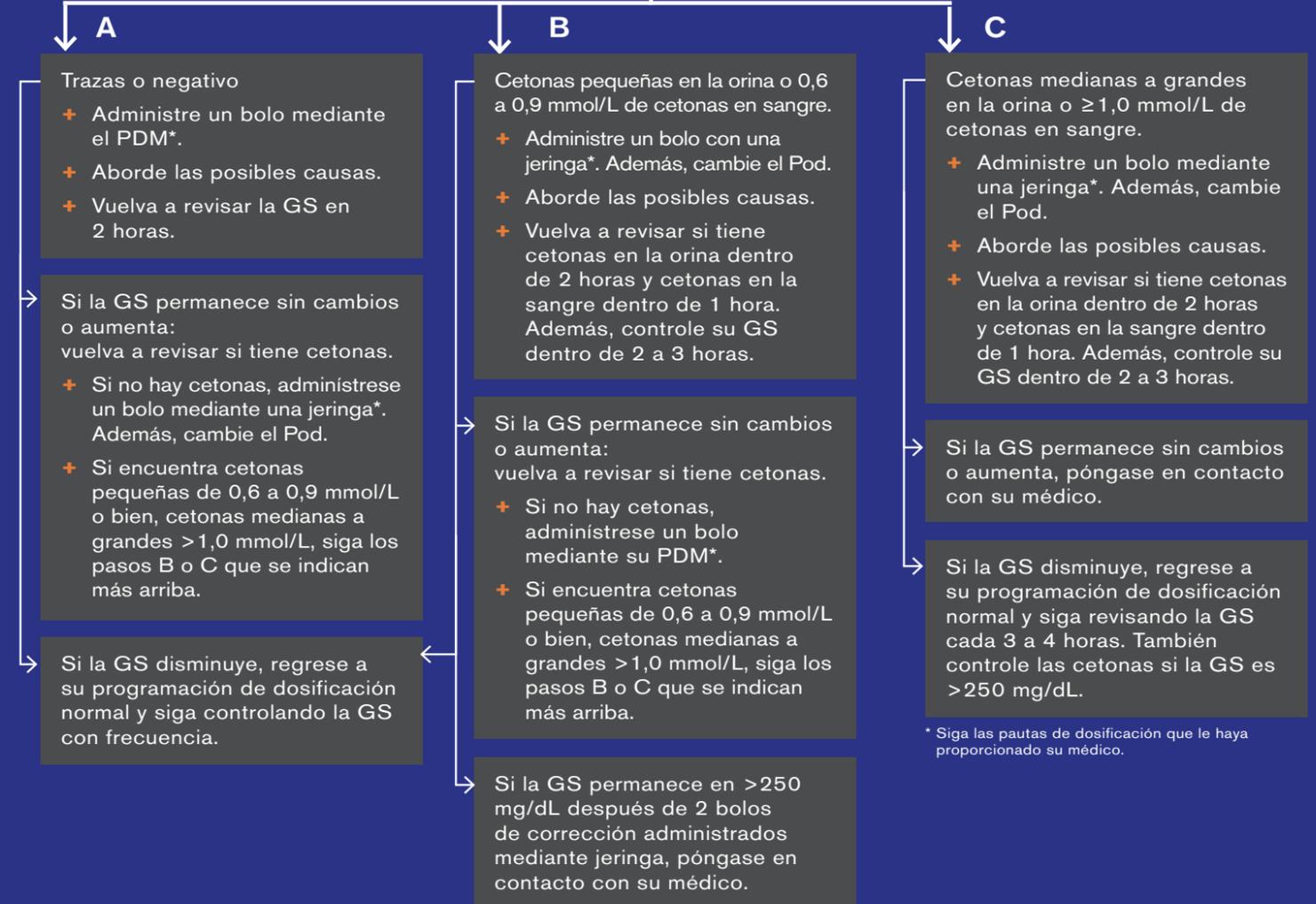
Hay varios factores que pueden causar hiperglucemia. Entre las causas habituales se incluyen las enfermedades, el estrés, las infecciones y dosis no administradas de insulina. Como Podder™, sabemos que solo usa insulina de acción rápida en su Pod, por lo que no tiene insulina de acción prolongada en su organismo. Si se produce una oclusión u otro tipo de interrupción en la administración de insulina, su glucosa en sangre se puede elevar rápidamente. Es importante que no ignore los signos y síntomas de una hiperglucemia.

Síntomas de hiperglucemia

- + fatiga
- + micción frecuente (durante la noche)
- + sed o hambre inusuales
- + pérdida de peso injustificada
- + visión borrosa
- + cicatrización lenta de heridas o llagas

Verificar y revisar el nivel de GS

Si la GS es superior a 250 mg/dL
Revise si tiene cetonas en sangre u orina



ADVERTENCIA:

Los síntomas de la hiperglucemia pueden ser confusos. Siempre revise su GS antes de tratar una hiperglucemia. Consulte con su médico. Precaución: consulte la Guía de usuario.



PERSONALIZACIÓN DE NOTIFICACIONES Y ALERTAS

Conozca sus recordatorios del sistema Omnipod DASH™

Un **recordatorio** es una notificación que puede activar o desactivar en cualquier momento y personalizar para que se ajuste a sus necesidades. Su sistema Omnipod DASH™ incluye una serie de diferentes recordatorios:

+ Recordatorios de glucosa en sangre (GS)

Programa su Gestor personal de diabetes (PDM) para que le recuerde que debe controlar sus niveles de azúcar en sangre cada vez que administra una dosis de bolo.

+ Recordatorios de bolo

Su PDM puede recordarle si no ha administrado un bolo de comida dentro de un marco de tiempo específico.

+ Recordatorios de programa

Su Pod emitirá un pitido automáticamente para indicarle que hay un programa de bolo extendido o basal temporal en curso.

+ Recordatorios de nivel de confianza

Su PDM incluye un preajuste para emitir un pitido y avisarle en qué momento comienzan y terminan determinados programas, lo que incluye:

- administración del bolo
- bolo extendido
- basal temporal

+ Recordatorios personalizados

Ingrese recordatorios de texto en su PDM para que se muestren cuando lo desee. Conozca sus alarmas de advertencia del sistema Omnipod DASH™.



Puede ajustar una **alarma de advertencia** en función de sus necesidades. Hay varios tipos diferentes de alarmas de advertencia en su sistema Omnipod DASH™:

+ Alarma de Pod caducado

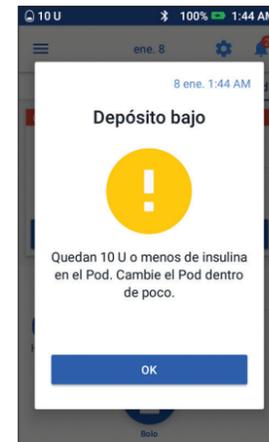
Cuando su Pod vaya a dejar de administrar insulina pronto, escuchará 2 pitidos por minuto durante 3 minutos. Este patrón se repetirá cada 15 minutos hasta que presione OK en su PDM.

+ Alarma de advertencia de depósito bajo

Para que pueda planificar por adelantado el cambio de su Pod y asegurarse de que tiene suficiente insulina, el Pod le informará cuando su insulina alcance un determinado nivel.

+ Alarma de advertencia de apagado automático

Le informa si no ha tenido interacción con su PDM en el periodo de tiempo elegido. Le informa que necesita encender su PDM para evitar que el Pod se desactive debido a la inactividad.



Las alarmas de advertencia emiten un pitido intermitente para informarle sobre una condición que requiere su atención.

Cuando escuche una alarma de advertencia, revise su PDM.

Aparecerá un mensaje que describe la alarma y le indicará qué hacer a continuación.

Es importante resolver una alarma de advertencia lo más rápido posible. Si espera demasiado para reaccionar ante la alarma, puede convertirse en una alarma de peligro.

Personalice las alarmas de advertencia y los recordatorios

Puede personalizar sus alarmas de advertencia y recordatorios desde Ajustes.



+ Pulse en "Recordatorios".

+ Pulse en el recordatorio o la alarma de advertencia que desee editar.

Vea las notificaciones

Puede ver sus notificaciones y alarmas.



+ Pulse el icono de Notificación para ver la lista de notificaciones y alarmas.

Conozca las alarmas de peligro

Una alarma de peligro es una notificación para informarle sobre condiciones graves o posiblemente graves.

Las alarmas de peligro tienen un tono continuo para avisarle cuando un problema con el Pod se está convirtiendo en algo urgente o si algo no funciona en el PDM.

Cuando se activa una alarma de peligro, toda la administración de insulina se detiene y debe cambiarse el Pod. Para evitar la hiperglucemia, es muy importante seguir las instrucciones de su PDM a fin de resolver el problema rápidamente.



Para obtener más información sobre las alarmas de advertencia, consulte el Capítulo 10 "Alarmas, notificaciones y errores de comunicación" en la guía de usuario para el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™.



ADVERTENCIA:

- +La alarma de advertencia de depósito bajo pasará a ser una alarma de peligro de depósito vacío cuando se haya agotado la insulina. Asegúrese de responder a la alerta la primera vez que se active.
- + Si se ignora, la alarma de advertencia de apagado automático pasará a ser una alarma de peligro, lo que hará que se desactive el Pod. Asegúrese de responder a la alerta cuando se active.



Precaución: consulte la Guía de usuario.

Para aprender más sobre las alarmas y cómo actuar en consecuencia, consulte el Capítulo 10: Alarmas, notificaciones y errores de comunicación, en la guía de usuario para el sistema de administración de insulina Omnipod DASH™.

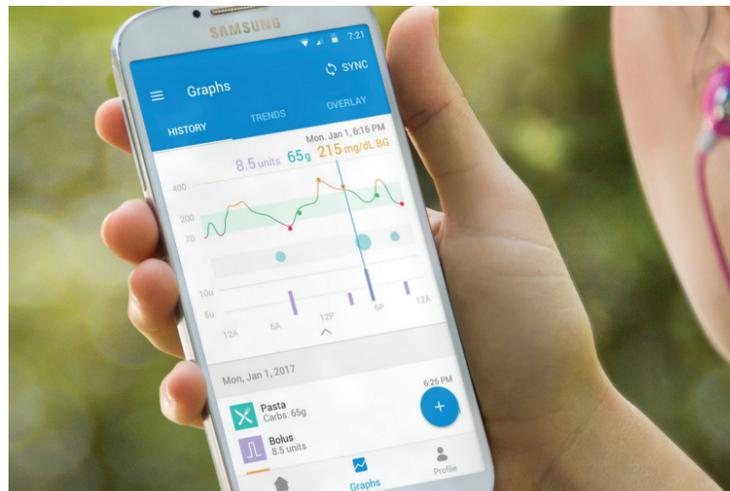
INSULET PROVIDED GLOOKO

Queremos asegurarnos de que tenga todas las herramientas que necesita para tener éxito, por eso le proporcionamos una cuenta gratuita de Glooko™ a todos nuestros Podders™.

Glooko™ es un sistema de control de la diabetes que utilizan los médicos y pacientes para poder realizar un seguimiento del progreso a lo largo del tiempo e identificar tendencias dentro de sus datos.

Con su cuenta de Glooko™, podrá cargar datos desde su hogar y compartirlos directamente con su equipo de cuidados. También puede ver sus tendencias y patrones de forma directa en su teléfono desde la aplicación móvil Glooko™.

Consulte la guía Primeros pasos con Insulet Provided Glooko que se incluye para configurar su cuenta y cargar sus datos hoy mismo.



APLICACIONES MÓVILES DE OMNIPOD DASH™



App Omnipod DISPLAY™

La app Omnipod DISPLAY™ es para la persona que opera el PDM. Es una pantalla secundaria para sus datos del PDM. Todo lo que ve en su PDM se muestra en su teléfono móvil.

También incluye la función “Encontrar mi PDM” y la capacidad de invitar a observadores para que vean los datos del sistema y administración de insulina del Podder™.

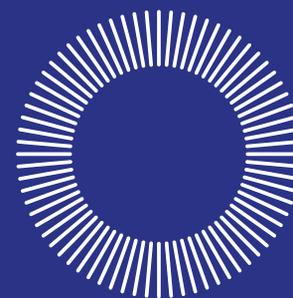


App Omnipod VIEW™

La app Omnipod VIEW™ es ideal para los cuidadores o el equipo de cuidados del Podder™. Permite visualizar de manera remota la administración de insulina de hasta 12 Podders™ y consultar la información del sistema DASH™.



Series of horizontal lines for taking notes.



omnipod[®]
— DASH™

INSULIN MANAGEMENT SYSTEM

Insulet Corporation
100 Nagog Park
Acton, MA 01720 EE. UU.
800-591-3455 ▪ 978-600-7850

[omnipod.com](https://www.omnipod.com)

© 2020 Insulet Corporation. Omnipod, el logotipo de Omnipod, DASH, el logotipo de DASH, Omnipod DISPLAY, Omnipod VIEW, PodderCentral y Podder son marcas comerciales o marcas comerciales registradas de Insulet Corporation. Todos los derechos reservados. Ascensia, el logotipo de Ascensia Diabetes Care y Contour son marcas comerciales o marcas comerciales registradas de Ascensia Diabetes Care. Glooko es una marca comercial de Glooko, Inc. y se utiliza en este documento con autorización. La palabra de marca y los logotipos de Bluetooth® son marcas comerciales registradas propiedad de Bluetooth SIG, Inc. y cualquier uso que Insulet Corporation hace de dichas marcas es conforme a una licencia. Todas las demás marcas comerciales son propiedad de sus respectivos propietarios. El uso de marcas comerciales de terceros no constituye una recomendación ni implica una relación u otra afiliación.

INS-ODS-02-2020-00040 V1.0