

**GLUCEMIA POST PRANDIAL  
INSULINEMIA POST PRANDIAL**

1. Realizar 8 horas de ayuno (se puede tomar agua solamente).
2. Ingerir una cena liviana la noche anterior, evitando la ingesta de grasas y alcohol.
3. No tomar ningún medicamento ni fumar a la mañana antes de la extracción.
4. Luego de la extracción de sangre desayunar alimentos ricos en hidratos de carbono (tortas, facturas, tostadas con mermelada).
5. Permanecer en reposo sin ingerir alimentos y sin fumar durante las dos horas posteriores al momento en que terminó de desayunar (solo podrá tomar agua).
6. Transcurridas las dos horas, se realizará una segunda extracción de sangre.
7. Indicar al extraccionista toda la medicación que esté tomando o haya tomado en la semana previa a la extracción de sangre.
8. Concurrir al laboratorio en estos horarios:  
LOMAS: *Lunes a Sábados de 7.30 a 9:00 hs.*  
EZEIZA: *Lunes a Sábados de 8:00 a 9:00 hs.*