

LE DIABÈTE ET LES ACTIVITÉS SPORTIVES

Glycémie
supérieure à _____

C'est parfait

Démarrer l'activité
sportive

Glycémie
inférieure à _____

Resucrer

**avec un sucre rapide à
choix** env _____ glucides

Consigner le resucrage
selon procédure

Contrôler la glycémie
après 15' (capillaire)

Selon résultat

Glycémie
entre _____ et _____

*Manger
sucre lent*

env _____ glucides

Consigner le resucrage
selon procédure

Démarrer l'activité
sportive

Selon résultat