



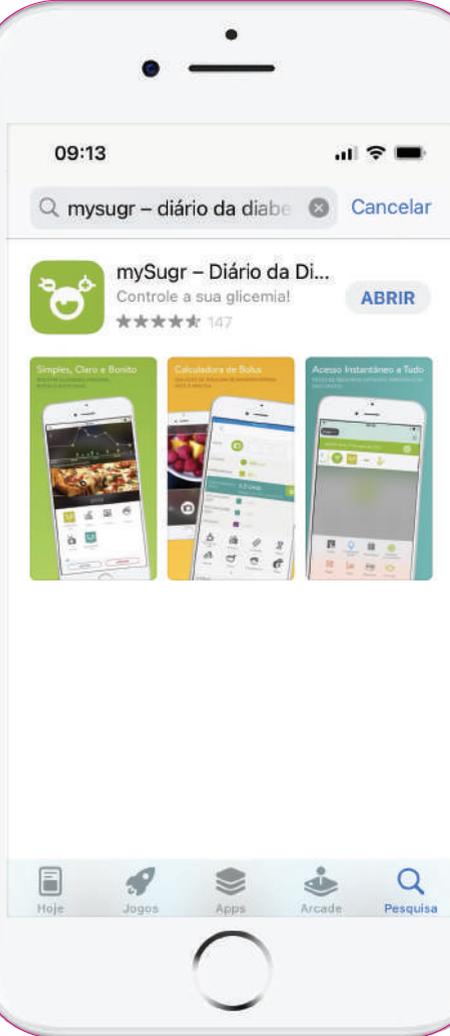
mySugr

Ligue o seu medidor  
**Accu-Chek® Instant**  
à aplicação **mySugr**  
e simplifique a gestão  
da sua diabetes.

**Manual de utilização  
da aplicação mySugr.**



Descarregue  
gratuitamente  
a aplicação  
mySugr.

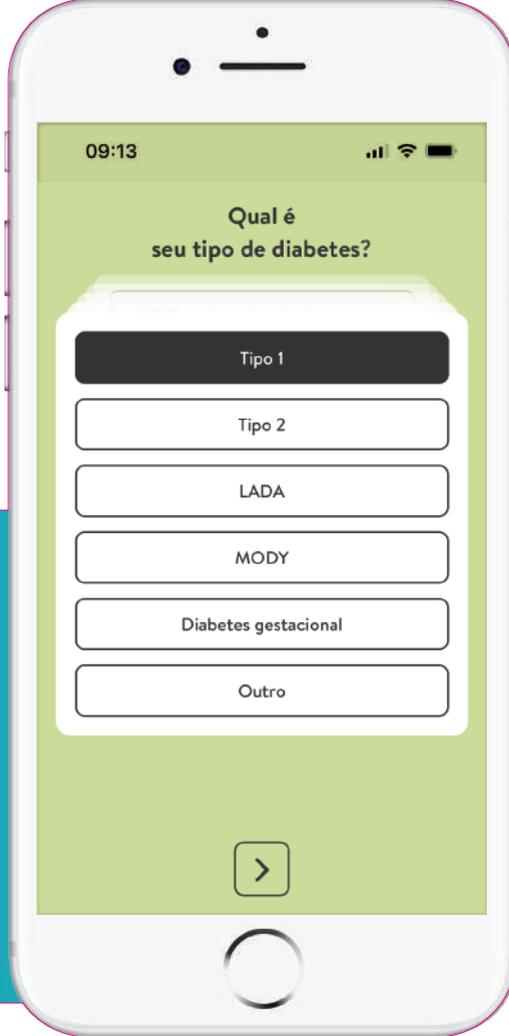


## CRIE A SUA CONTA mySugr

Registre-se utilizando  
o seu endereço de  
email e defina uma  
palavra passe.  
Será enviado um email  
para confirmação  
do registo.

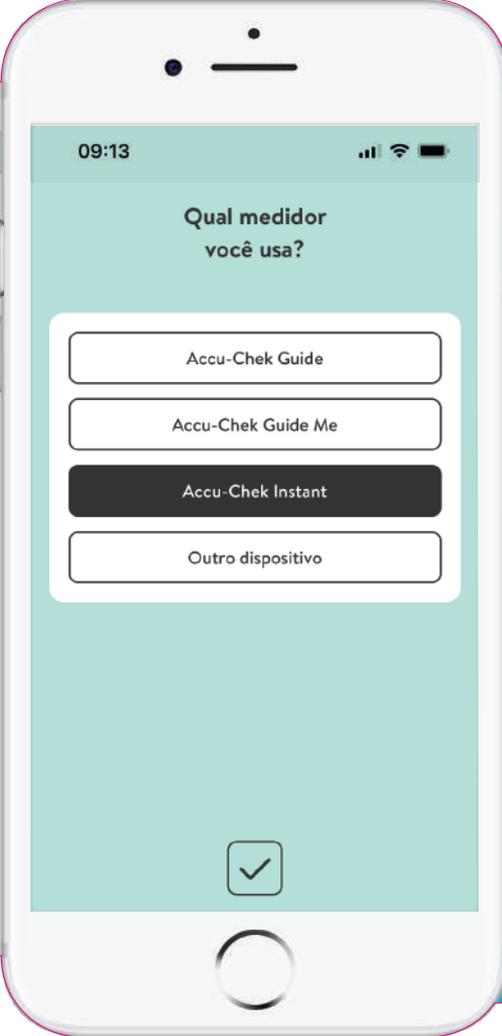
## TIPO DE DIABETES

Defina qual é o seu tipo de diabetes e de seguida o seu tipo de terapia, as unidades de glicemia e as unidades de hidratos de carbono.



## SELECIONE O SEU MEDIDOR

Accu-Chek®  
Instant



## CONECTE O SEU MEDIDOR E TORNE-SE PRO!

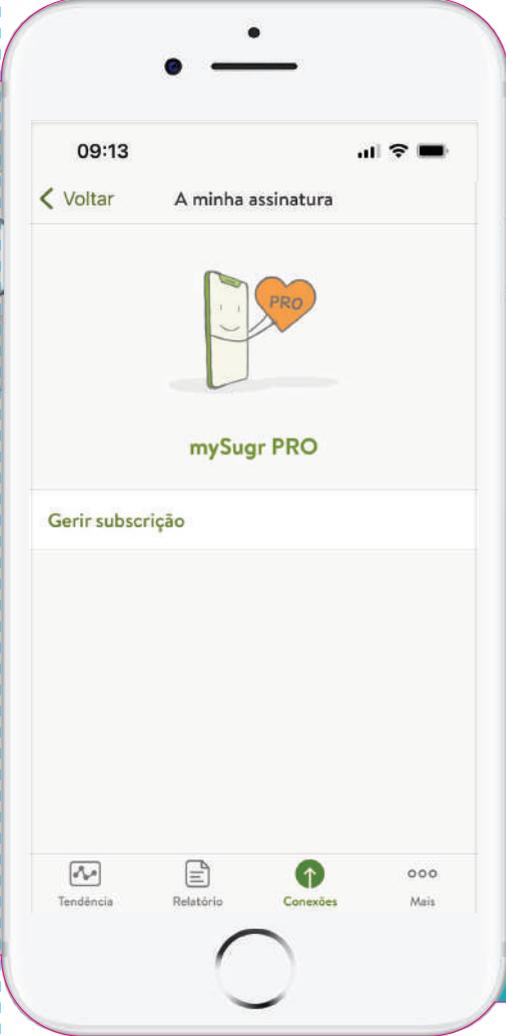
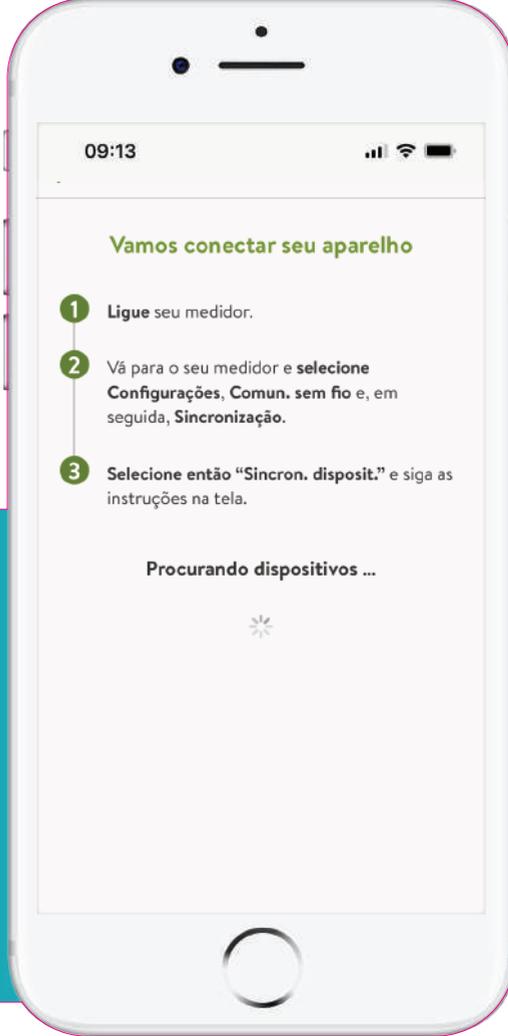
Clique no menu  
"Conexões"  
e selecione  
**Accu-Chek® Instant**



## RECEBA AUTOMATICAMENTE TODAS AS GLICEMIAS

Siga as instruções  
apresentadas para  
sincronizar o seu  
medidor  
**Accu-Chek® Instant**  
à aplicação **mySugr**.

Coloque o seu medidor em modo Bluetooth. No **Accu-Chek® Instant** basta premir longo na tecla "para baixo".



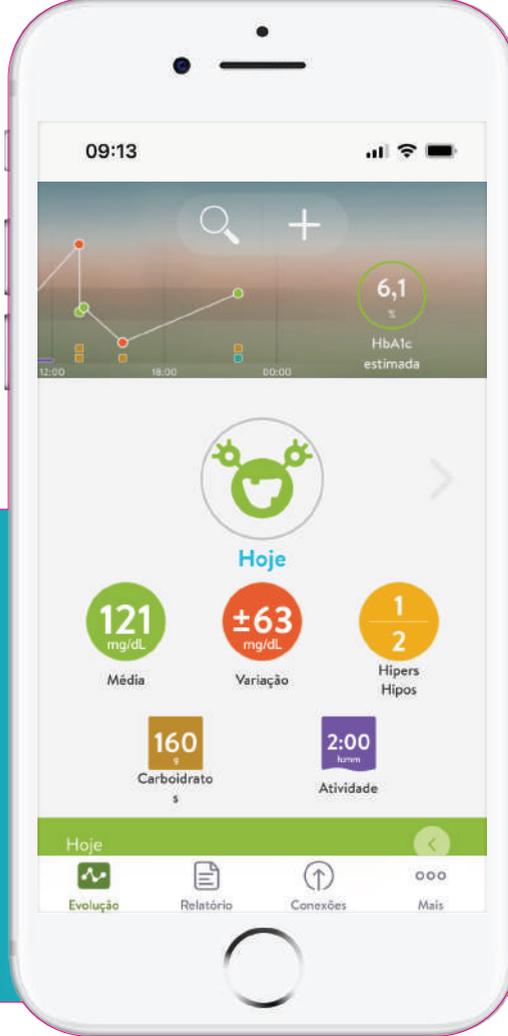
**PARABÉNS!  
JÁ É PRO!**

Vai poder receber todas as glicemias automaticamente no seu smartphone, enviar relatórios PDF ao seu profissional de saúde e aceder a outras funcionalidades importantes.

## O SEU DIÁRIO DE REGISTO

Verifique o resumo do seu dia. Deslize para baixo para ver todos os seus registos. No botão "+" pode adicionar um novo registo.

O valor da glicemia também pode ser introduzido manualmente.



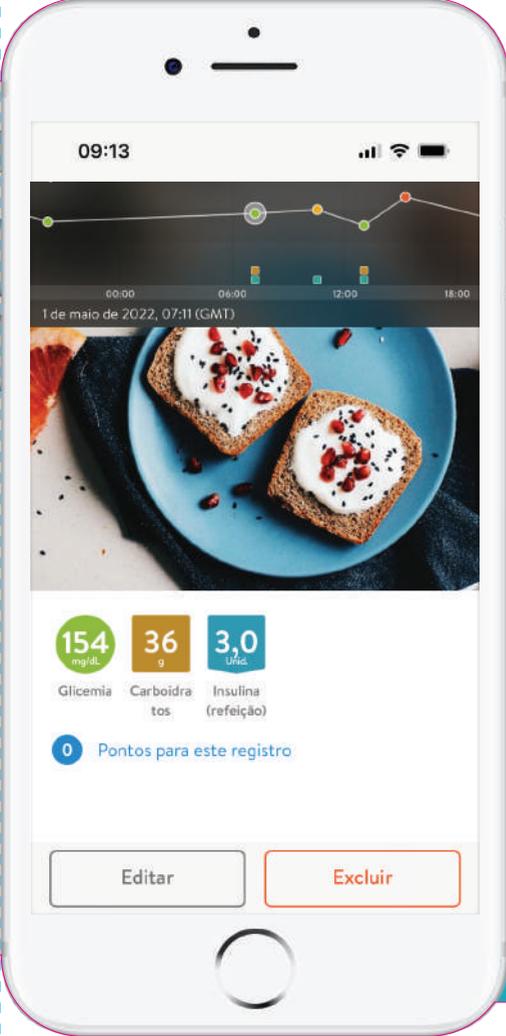
The smartphone screen displays a form to add a new record. At the top, the time is 09:13. Below the status bar, there is a form with the following fields: 'Local' (Planeta Terra), 'Fotos' (camera icon and three empty boxes), 'Glicemia' (green circle icon and '- mg/dL'), 'Carboidratos' (brown square icon and '- g'), 'Refeição' (fork and knife icon and 'Descrição'), 'Tipo de alimento' (fork and knife icon and '-'), 'Calculadora de bolus' (calculator icon and 'Calcular' button), 'Insulina (refeição)' (blue square icon and '- Unid.'), 'Insulina (corr.)' (blue square icon and '- Unid.'), 'Insulina Ação prolongada' (green square icon and '- Unid.'), 'Comprimidos' (pill icon and '- Unid'), and 'Atividade' (purple square icon and '- h:mm').

## CRIE UM NOVO REGISTO

Pode adicionar mais informação ao seu registo de glicemia: hidratos de carbono, fotografia da refeição, alimentos da refeição, cálculo de insulina, atividade física...

## COMPLETE O SEU REGISTO

...etiquetas  
ilustrativas, HbA1c,  
peso corporal,  
dados de saúde,  
entre outros.



## ADICIONE FOTOGRAFIAS DAS SUAS REFEIÇÕES

Assim pode recordar  
exatamente os alimentos  
que ingeriu! Pode  
adicionar  
a quantidade de hidratos  
de carbono  
correspondentes  
à imagem.

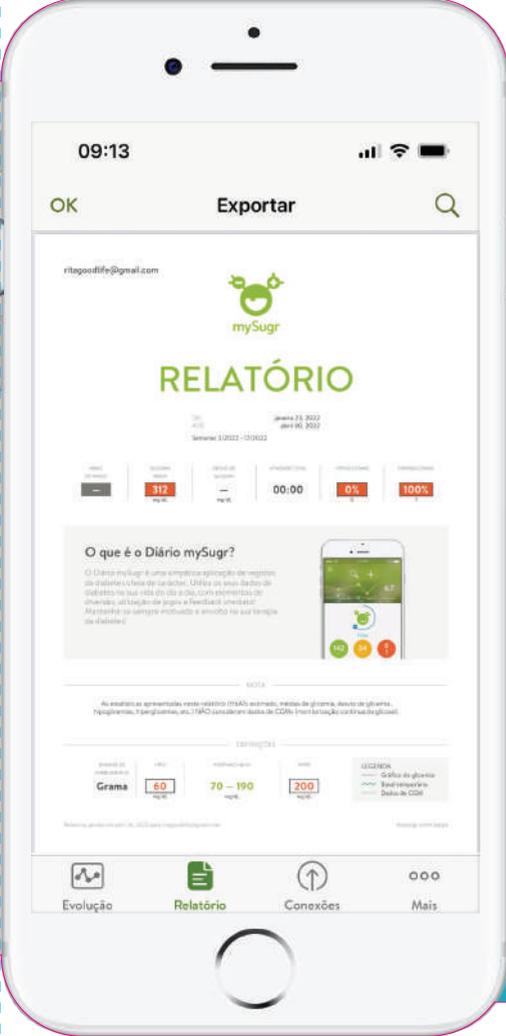
## CRIE RELATÓRIOS

Selecione o período temporal e clique em "Exportar".



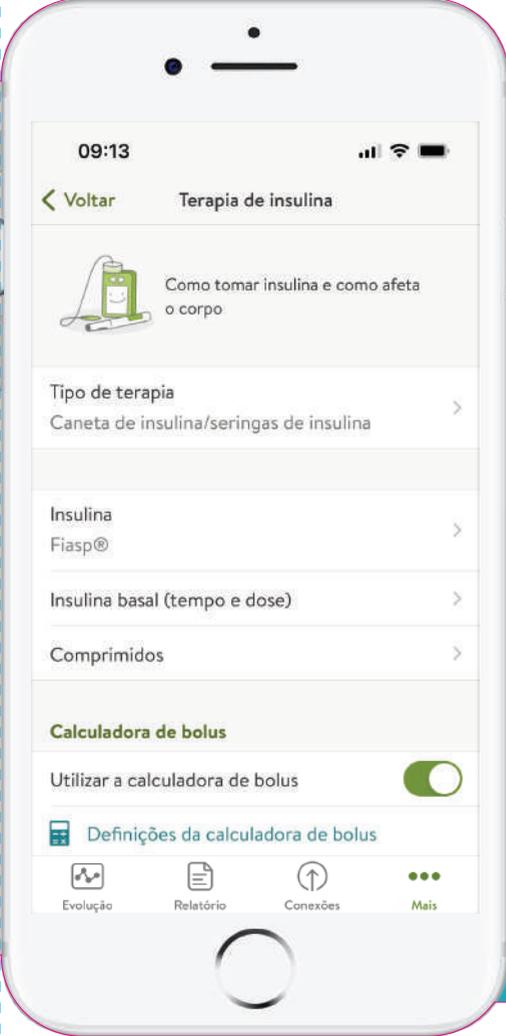
## PARTILHE COM O SEU PROFISSIONAL DE SAÚDE

Guarde o relatório ou partilhe diretamente por email com o seu profissional de saúde.



## CONFIGURE A CALCULADORA DE BOLUS

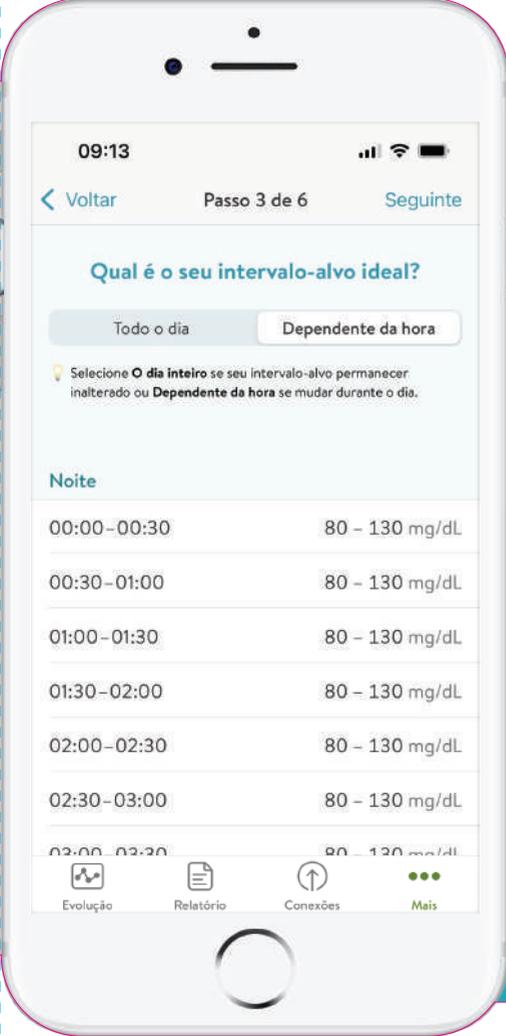
No menu "Mais" seleccione "Terapia de insulina". Esta informação deve ser fornecida pela sua equipa de saúde. Não altere as configurações sem consultar o seu médico ou enfermeiro.



Confira as suas opções terapêuticas. Clique em "Definições da calculadora de bolus".

## CONFIGURE A CALCULADORA DE BOLUS

Configure os seus  
parâmetros gerais,  
tal como indicado  
pelo seu  
profissional de  
saúde.



Configure o seu  
intervalo-alvo, fator  
de sensibilidade à  
insulina e rácio de  
hidratos de carbono,  
tal como indicado  
pelo seu  
profissional de  
saúde. Pode colocar  
o mesmo para todo o  
dia ou segmentado  
em períodos do dia.

## CONFIGURE A CALCULADORA DE BOLUS

No final, confirme todas as parametrizações. Pode exportar o resumo das parametrizações e enviar para o seu profissional de saúde.

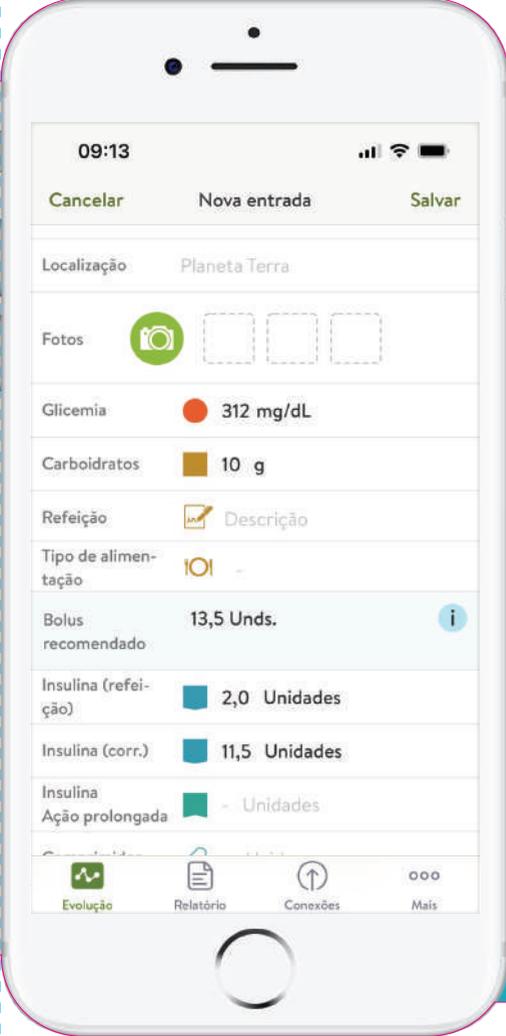
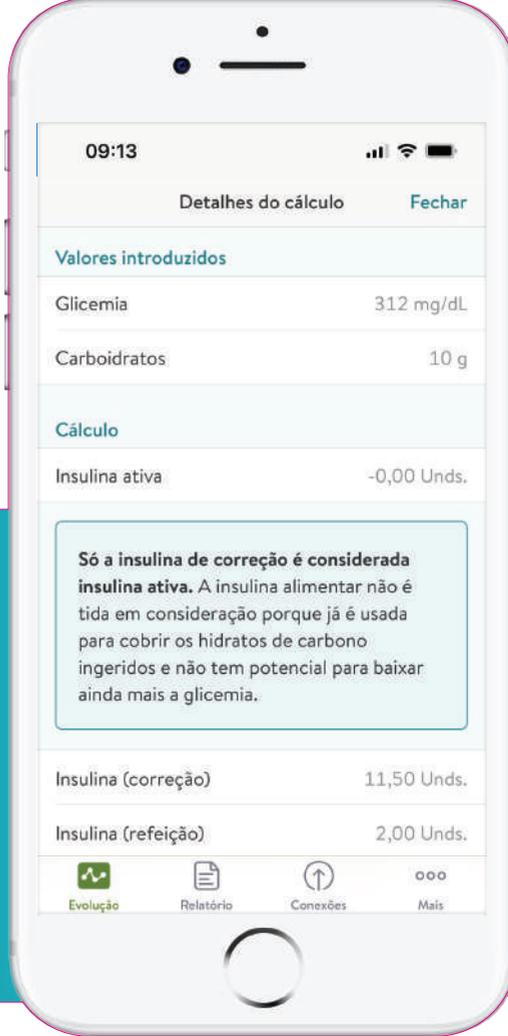


## CALCULE UM BOLUS COM A CALCULADORA DE BOLUS

Num novo registo, clique em "Calcular". E já está! Depois de aceitar pode editar.

## DETALHES DO CÁLCULO

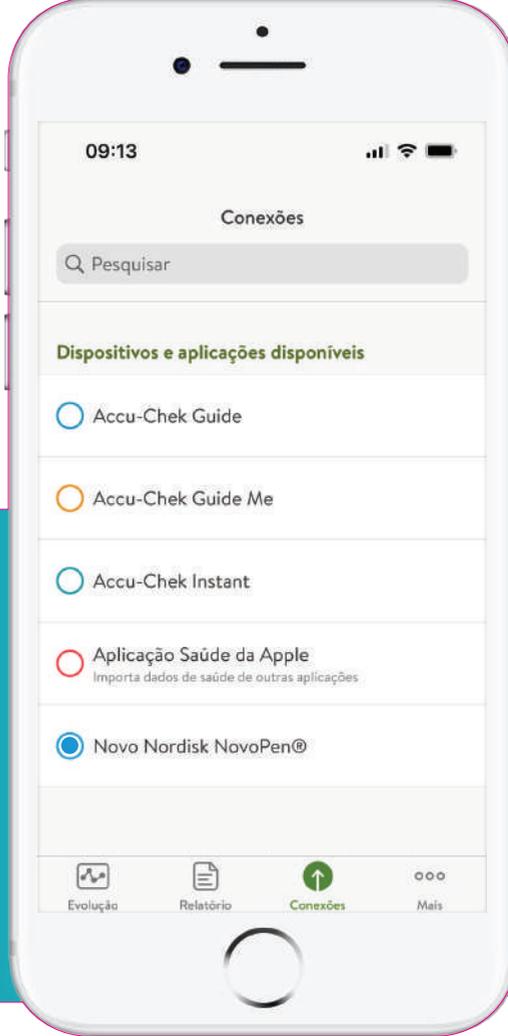
Se clicar em "Detalhes do cálculo" irá encontrar mais informações sobre os fatores que estão a ser tidos em conta para fazer este cálculo.



Verifique o detalhe do cálculo, com a divisão entre insulina de refeição e insulina de correção. Pode editar se desejar.

## CONECTE TAMBÉM A SUA CANETA INTELIGENTE

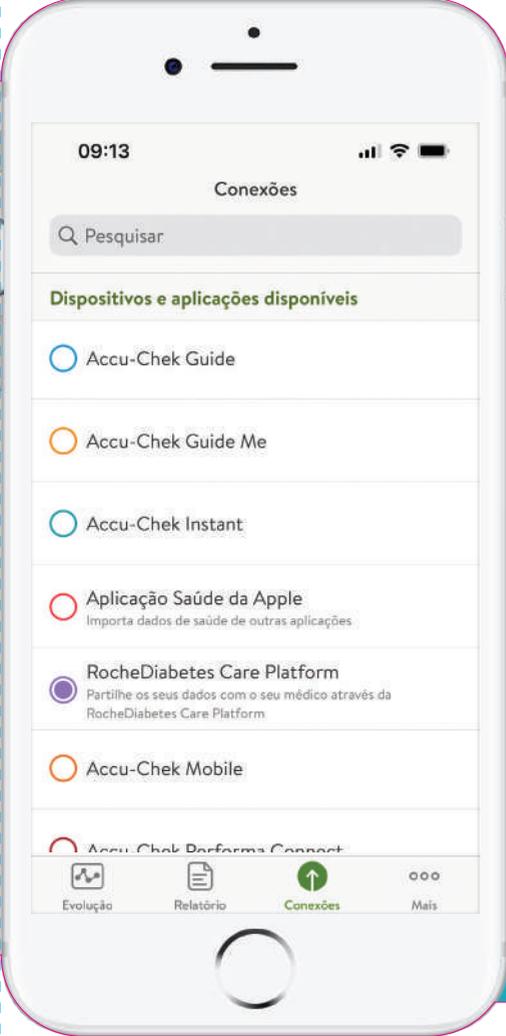
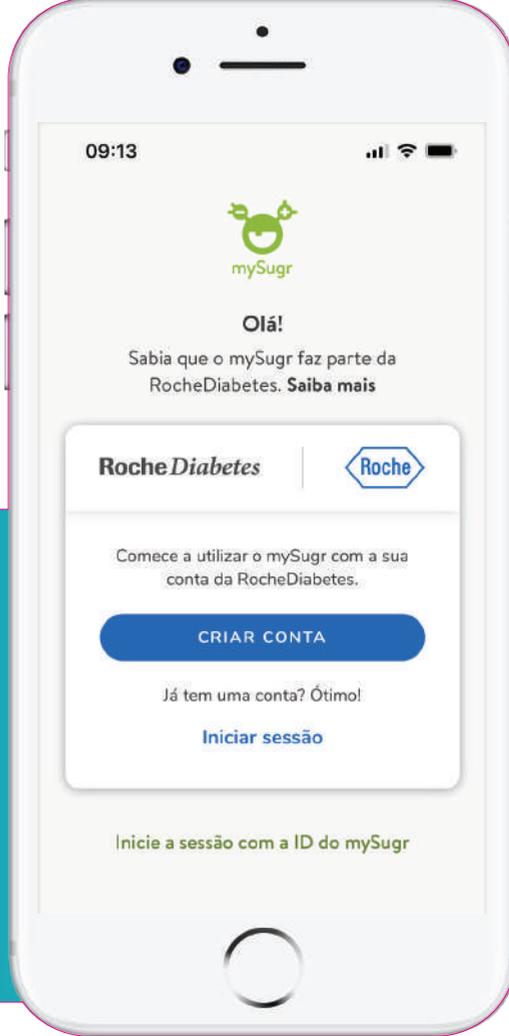
No menu  
"Conexões"  
selecione a sua  
NovoPen®.



Siga os passos para  
sincronizar. Depois,  
cada vez que **encostar**  
**a sua NovoPen® 6 ou**  
**NovoPen Echo® Plus**  
ao leitor NFC do seu  
smartphone irá  
**transferir a**  
**informação das suas**  
**injeções.**

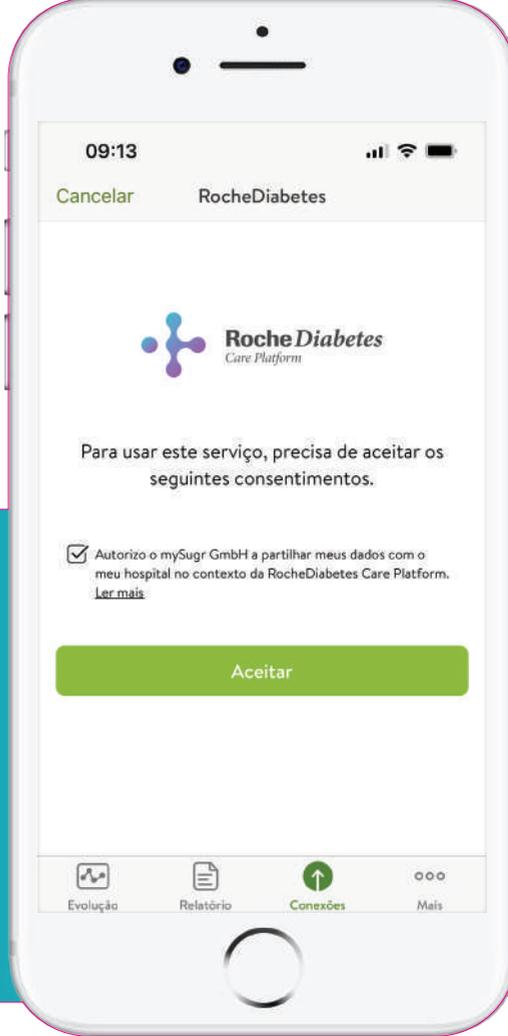
## PARTILHE OS DADOS EM TEMPO REAL COM A SUA EQUIPA DE SAÚDE

Através da plataforma Roche Diabetes Care Platform (RDCP), a sua equipa de saúde poderá enviar-lhe o convite. Aceda ao seu email e siga os passos.



Para simplificar, escolha sempre o mesmo email e password. Terá que fazer o registo na app **mySugr** e RDCP. No menu "Conexões" seleccione RDCP.

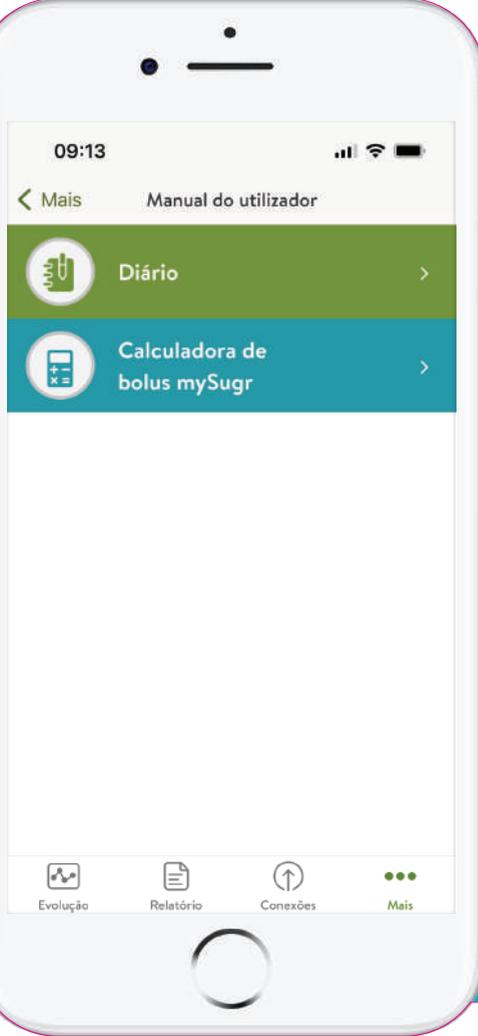
Siga os passos de log in na app mySugr e RDCP. Confirme a autorização de partilha de dados com a sua equipa de saúde.



A sua app **mySugr** está agora conectada à RDCP! O seu profissional de saúde pode visualizar os seus dados em tempo real.

## SUPERE DESAFIOS

No menu "Mais"  
explore os desafios!  
Domine o monstro!



## QUER SABER MAIS?

No menu "Mais"  
encontre o Manual de  
Utilizador do diário  
mySugr e o Manual da  
calculadora de bolus.



mySugr

NovoPen® 6 e NovoPen Echo® Plus são dispositivos médicos. Canetas inteligentes que registam automaticamente a informação de cada injeção de insulina. Precauções de utilização: Mantenha a sua caneta ao abrigo da luz direta do sol, líquidos ou temperaturas extremas.

Para mais informações, ler cuidadosamente a rotulagem e instruções de utilização contidas na embalagem. NovoPen® 6 e NovoPen Echo® Plus são marcas registadas da Novo Nordisk A/S.

mySugr é um dispositivo médico para suporte à otimização terapêutica na diabetes. mySugr dispõe de uma calculadora de dose de insulina. É da responsabilidade do utilizador a autogestão contínua da glicose. A utilização da app mySugr não substitui aconselhamento médico profissional.

Accu-Chek® Instant é um dispositivo médico para o diagnóstico in vitro, que se destina à medição quantitativa da glicose no sangue. Apenas para utilização com tiras-teste Accu-Chek® Instant e soluções de controlo Accu-Chek® Instant. O aparelho não se destina a ser utilizado no diagnóstico da diabetes mellitus.

RocheDiabetes Care Platform é um dispositivo médico. A RocheDiabetes Care Platform é uma aplicação web que melhora a gestão da diabetes para os profissionais de saúde (PdS) e para as pessoas com diabetes (PcD). É uma ferramenta de suporte à decisão clínica que permite a recolha, organização e sistematização dos dados da diabetes. A RocheDiabetes Care Platform permite aceder a representações gráficas, análises de estatísticas, tabelas de sistematização de informação que permitem uma análise rápida, intuitiva e sustentada para uma gestão integrada e personalizada do paciente com Diabetes. Pode conferir a versão clicando no ícone de informação no painel de navegação vertical no lado esquerdo da home page. RocheDiabetes Care Platform pode ser completada com módulos premium para uma gestão mais otimizada.

Aconselhamos a ler as instruções de utilização antes de utilizar os dispositivos médicos. Em caso de dúvida consulte o seu médico ou farmacêutico.

As restantes marcas são da responsabilidade dos respetivos detentores. MC-PT-00369 JUL2022

**Gerir diabetes nunca foi tão fácil.**  
Descarregue já à aplicação mySugr



Download on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play

Linha de Assistência a Clientes **Accu-Chek®**

**800 200 265**

Dias úteis das 08h30 às 18h30

Roche

Roche Sistemas de Diagnósticos Lda, Estrada Nacional, 249-1, 2720-413, Amadora-Portugal, Tel:+351 21 425 70 00 | [www.accu-check.pt](http://www.accu-check.pt)