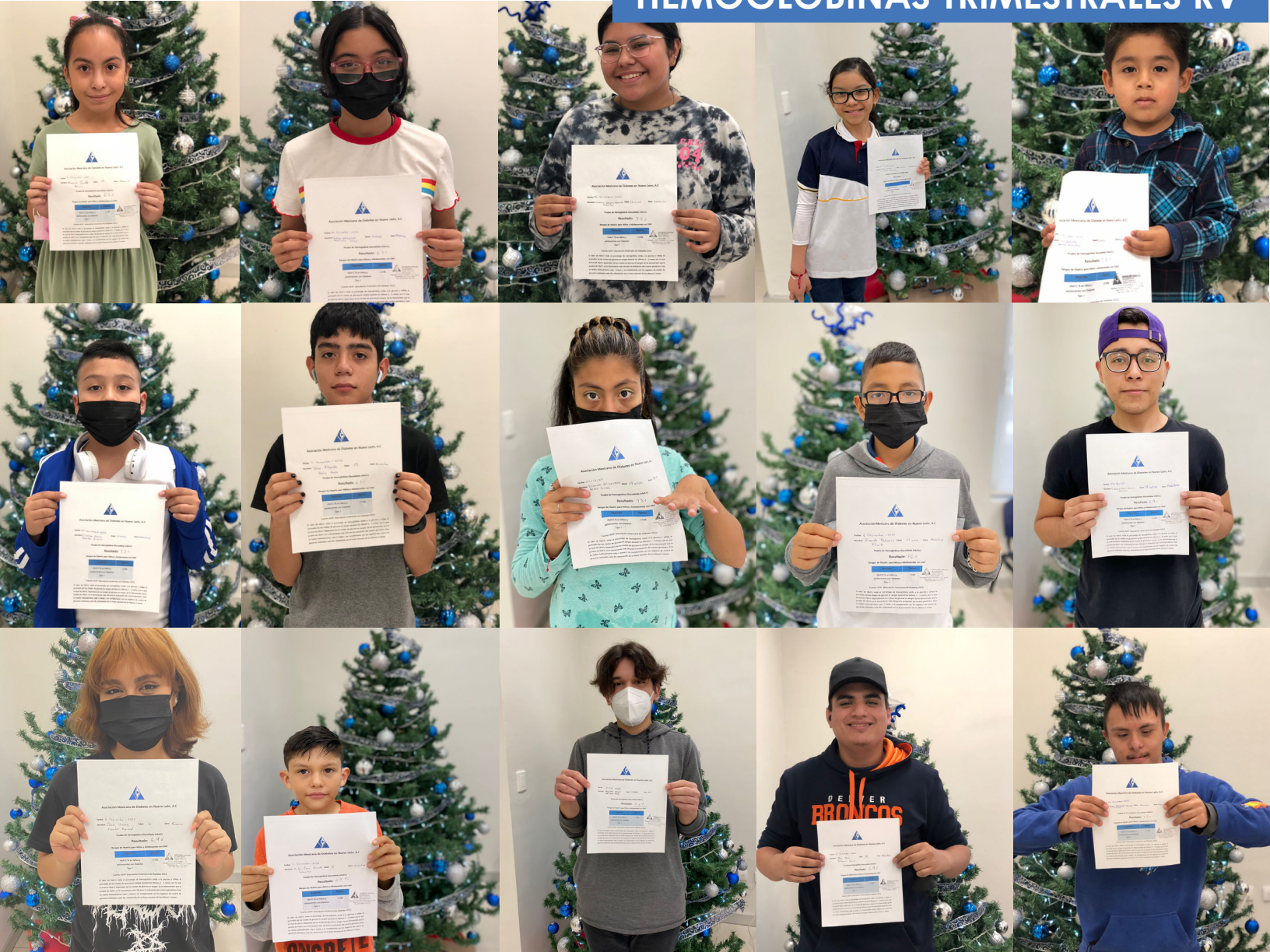




HEMOGLOBINAS TRIMESTRALES RV



A inicio de mes estuvimos realizando las pruebas de Hemoglobina Glucosilada trimestral, a los beneficiarios que forman parte de nuestro programa de atención a pacientes con Diabetes Tipo 1: "Regalando Vida".

Esta actividad es fundamental para conocer los niveles de control glucémico en el que se encuentran ya que esta prueba determina el porcentaje de glucosa en sangre de los últimos 3 meses.



AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





ASOCIACIÓN MEXICANA  
DE DIABETES EN  
NUEVO LEÓN A.C.  
ACÉRCATE Y TE AYUDAMOS

# BOLETÍN MENSUAL DICIEMBRE 2022

## SORTEO "JUNTOS POR LA DIABETES"



### 1er LUGAR

**JUAN JOSÉ CUEVAS LÓPEZ**

Premio: Automóvil grand i10

Boleto con Número de Folio: 1049

### 2do LUGAR

**TANIA BREMER WIRTIG**

Premio: Iphone 13 128 GB

Boleto con Número de Folio: 0990

### 3er LUGAR

**ADRIÁN DE LA GARZA TIJERINA**

Premio: Pantalla Led 55"

Boleto con Número de Folio: 1053

### 4to LUGAR

**TERE ABARA**

Premio: Ipad Air 5 64 gb

Boleto con Número de Folio: 2885

El 21 de Diciembre llevamos a cabo nuestro sorteo anual "Juntos por la Diabetes", sorteo en el cual todo lo recaudado se destina para seguir brindando tratamientos de atención médica y apoyo en insumos a pacientes que viven con Diabetes en nuestro Estado.

El sorteo se realizó mediante una transmisión en vivo en nuestro canal de Facebook en presencia de la supervisora de la secretaría de Juegos y Sorteos misma que dio fe y legalidad de los resultados obtenidos.

Así mismo el día 22 de Diciembre se realizó la entrega del premio mayor que correspondía a un Automóvil Grand I10 así como los premios menores a quienes resultaron ganadores.

Agradecemos la participación de todas las personas que apoyaron esta actividad y esperamos poder contar con su apoyo en este año venidero.



## DONATIVO COLEGIO AMERICANO



En Diciembre acudimos a la ceremonia de entrega simbólica del donativo realizado por el Colegio Americano Anahuac, este amable donativo será destinado para continuar brindando tratamientos a niños y jóvenes que viven con Diabetes Tipo 1 en nuestro Estado.

Agradecemos a los padres de familia, estudiantes, directivos y maestros que se sumaron a este donativo que representará un cambio importante nuestros beneficiarios.

### AGRADECIMIENTOS ESPECIALES



COLEGIO  
AMERICANO  
ANÁHUAC

## GRADUACIÓN 360 DIABETES Y REGALANDO VIDA



En Diciembre realizamos la graduación de nuestros beneficiarios de nuestro programa de atención a pacientes con Diabetes Tipo 2: 360 Diabetes, que iniciaron con el programa en el mes de Diciembre del año 2021. "360 Diabetes es un programa de atención en donde durante 1 año los pacientes reciben las herramientas necesarias para aprender a controlar de manera correcta su padecimiento, evitando complicaciones futuras. Así mismo realizamos la graduación de nuestros beneficiarios que del programa "Regalando Vida" que alcanzaron la mayoría de edad quienes acudieron en compañía de sus padres.

Muchas felicidades a los graduados de este programa por concluir satisfactoriamente su seguimiento, esperamos que lo aprendido refuerce el camino hacia mantener un estilo de vida óptimo para quienes viven con Diabetes.



### AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





## BRIGADA PRIMER CONTACTO JUÁREZ



En Diciembre realizamos visitas al municipio de Juárez, Nuevo León, en donde realizamos brigadas de detección oportuna en Diabetes para jóvenes y adultos mayores que cuentan con un alto riesgo de vivir con este padecimiento, en estas brigadas se realizaron pruebas de glucosa capilar, revisiones médicas así como asesoría nutrimental.

### AGRADECIMIENTOS ESPECIALES



## BRIGADA GARCÍA 360 DIABETES



En Diciembre realizamos 3 visitas semanales al municipio de García, Nuevo León, en donde realizamos brigadas constantes cada semana para grupos cautivos de pacientes que viven con Diabetes Tipo 2 o que cuentan con un alto riesgo de padecerlo, en estas brigadas se realizaron pruebas de glucosa capilar, así como pruebas de Hemoglobina Glucosilada para conocer los niveles de glucosa en sangre de los últimos 3 meses estas pruebas acompañadas por asesoría nutricional y en Diabetes para pacientes en descontrol, así como cursos de Educación en Diabetes.

Muchas gracias al municipio de García, Nuevo León por el apoyo y sumarse activamente a nuestra causa.



### AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





## EVENTO DE RECAUDACIÓN



Como parte de las actividades de recaudación de nuestro grupo de Damas Voluntarias se realizó una "Exposición de arte a beneficio", en donde se presentaron obras del artista Alfredo Gracia y piezas exclusivas de la tienda Cuarzo en un espacio donado por plaza Arboleda, todo lo recolectado en esta actividad será destinado a brindar tratamiento a niños y adultos que viven con Diabetes en nuestro Estado.

Gracias a todos los que hicieron posible este gran evento y a quienes forman parte día a día de las actividades de voluntariado de nuestra asociación.

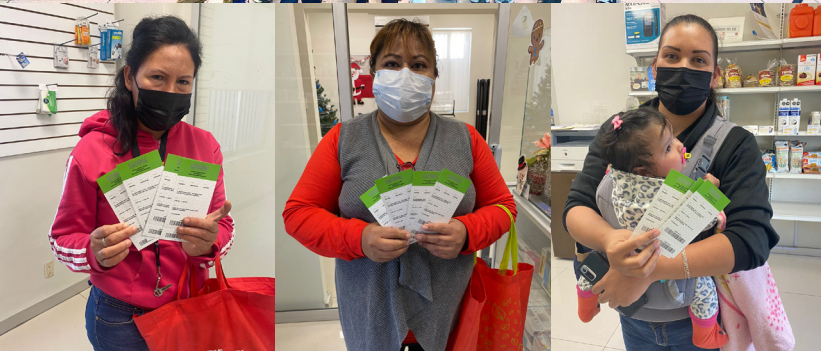
## ENCENDIDO LUZTOPIA Y DONATIVO



Fuimos invitados como una de las organizaciones civiles en tener el privilegio de realizar el encendido de Luztopia en el mes de Diciembre, en esta actividad participaron miembros de nuestro Staff así como beneficiarios de nuestro programa de atención a pacientes con Diabetes Tipo 1: "Regalando Vida", acompañados por miembros de nuestro consejo quienes dieron unas palabras de concientización de la Diabetes al momento de realizar el encendido.

Así mismo se realizó la entrega del donativo de boletos realizado por parte del equipo de Luztopia a nuestros beneficiarios para que pudieran acudir con sus familiares a disfrutar de esta experiencia única en las fiestas navideñas.

Muchas gracias a todo el equipo de Luztopia por ser siempre participes de las actividades de visibilización de nuestra causa.



### AGRADECIMIENTOS ESPECIALES

**LUZTOPIA**  
#ENCIENDETULUZ



ASOCIACIÓN MEXICANA  
DE DIABETES EN  
NUEVO LEÓN A.C.  
ACÉRCATE Y TE AYUDAMOS

# BOLETÍN MENSUAL DICIEMBRE 2022

## CAMPAÑA MÉDICO CON SENTIDO

**Insulinas de 2ª generación:**  
en la toma de decisiones en pacientes.



EL ESTUDIO BRIGHT  
compara dos insulinas basales  
de 2ª generación.



Los resultados fueron  
favorables en la reducción  
de HbA<sub>1c</sub> y riesgo  
de hipoglucemia.



MAT-MX-2202414

sanofi

Continuamos con la campaña en redes sociales "Médico con Sentido", en colaboración con Sanofi en donde cada semana se comparten materiales informativos sobre temas de interés para pacientes que viven con Diabetes, así como para Médicos y especialistas de la salud que estén interesados en temas de Diabetes.

Agradecemos a Sanofi por siempre brindarnos información de calidad en pro de las personas que viven con Diabetes.



EDUCACIÓN  
DIABETES

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES

sanofi

## CAMPAÑA "AYÚDALOS A LLEGAR"



Hay acciones  
que pueden  
ayudarnos  
a prevenir  
la diabetes

Una de ellas es evaluar  
el riesgo a desarrollarla

Da clic en el enlace, llena el formulario y  
conoce tu riesgo de desarrollar DT2

Además, ¡recibe información personalizada!

Dimos cierre a la campaña en redes sociales "Ayúdalos a Llegar" en colaboración con la Federación Mexicana de Diabetes y Splenda, en donde por cada test de riesgo realizado Splenda donará \$20 pesos para apoyar al tratamiento de niños y jóvenes que viven con Diabetes Tipo 1.

En esta campaña colaborativa se lograron realizar 10 mil registros gracias a los cuales más niños que viven con Diabetes Tipo 1 podrán seguir recibiendo apoyo en su tratamiento para controlar este padecimiento.



EDUCACIÓN  
DIABETES

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES

Splenda



Splenda  
ENDULZANTE



### CONTENIDO EDUCATIVO

**El plato para comer saludable.**  
¿Cómo debe lucir?



☎ (81) 8343 - 0682  
WhatsApp: (81)1060 - 7539  
atencion.pacientes@amdnl.org  
Revisado por el Doctor: Jesús Emmanuel Saldaña



☎ (81) 8343 - 0682  
WhatsApp: (81)1060 - 7539  
atencion.pacientes@amdnl.org  
Revisado por el Doctor: Jesús Emmanuel Saldaña.

**¿Cómo puedo crear buenos hábitos durante las fiestas?**  
5 consejos



### CLASES DE EJERCICIO



El ejercicio es considerado como pilar fundamental para el cuidado de la Diabetes, es por esto que de manera semanal todos los Lunes se imparte una clase de ejercicio de manera virtual mediante nuestros canales de Facebook e Instagram.

En estas sesiones se muestran diferentes rutinas que se pueden realizar desde nuestro hogar para mantenernos activos.



EDUCACIÓN DIABETES

Mediante nuestras redes sociales compartieron contenidos basados en el calendario de días Mundiales de la Salud, con el objetivo de continuar con los hábitos saludables en los meses de celebración buscamos motivar a una alimentación saludable mediante posts de educación nutricional y de ejercicio, esto con el objetivo de reforzar la información que debe de conocer una persona que vive con Diabetes para ejercer un correcto auto cuidado del padecimiento.

Estos temas se tocaron desde el punto de vista médico y nutricional a través de videos en vivo, cápsulas e imágenes en nuestras redes sociales y canales de comunicación.



EDUCACIÓN DIABETES

Impartimos la última sesión de nuestro 4to curso de educación en Diabetes: **"Tu salud en Control"**, este curso se imparte de manera virtual, los días Sábados.

"Tu Salud en Control", es un curso con duración de 9 sesiones de educación en Diabetes, en donde pacientes que viven con Diabetes Tipo 2 aprenden en un periodo de 9 semanas hábitos saludables, como mantener en control sus niveles y mantenerlos, esto con el objetivo de mejorar su calidad de vida y evitar crisis.

El temario a tratar durante las 9 sesiones es el siguiente:

- 1. Generalidades de la Diabetes.
- 2. Alimentación Saludable.
- 3. Actividad Física.
- 4. Auto monitoreo.
- 5. Tratamiento Farmacológico.
- 6. Retos Cotidianos.
- 7. Prevenir Complicaciones.
- 8. Adaptación Psicosocial.
- 9. Mitos y Realidades.



EDUCACIÓN DIABETES

### TU SALUD EN CONTROL

Un participante ha habilitado los subtítulos ocultos. ¿Quién puede ver esta transcripción? Grabación activada

Es importante identificar e informarle al médico en caso de presentar uno o más de los siguientes signos/síntomas:

Calambres en piernas o pies	Pies muy sensibles al tocarlos	Piernas o pies entumecidos	Sensación de pinchazos en sus pies
Molestias al contacto con la ropa	No sentir la temperatura del agua (fría/caliente)	Tener heridas en los pies o uñas encarnadas	La piel de sus pies está muy seca o agrietada
No sentir sus pies mientras camina	Si le duelen sus piernas cuando camina	Si siente cansancio durante la noche	

Participants list: Victor, Ana María Mendoza, Angie Ruiz, Francisco Javier Cerda Cinosos, Gloria Lopez, José Enrique Montes, Laila Estrada, Lupita, Ma Del Refugio Evangelista, Omar Martínez, Silvia Mtz.

### AGRADECIMIENTOS ESPECIALES



Damos inicio con nuestro siguiente curso el 21 de Enero del 2023.



ASOCIACIÓN MEXICANA  
DE DIABETES EN  
NUEVO LEÓN A.C.  
ACÉRCATE Y TE AYUDAMOS

BOLETÍN MENSUAL  
DICIEMBRE 2022

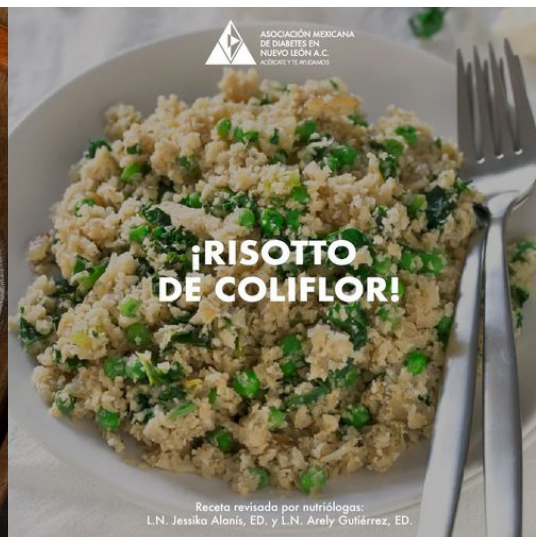
## REUNIÓN DE CONSEJO AMDNL



En Diciembre tuvimos la reunión trimestral y de cierre anual de nuestro grupo de consejeros, en donde se abordaron planes para seguir apoyando al correcto control de la Diabetes de quienes viven con este padecimiento en nuestro Estado.

Agradecemos a cada uno de los miembros de nuestro consejo por siempre darse el tiempo de formar parte de las actividades realizadas en beneficio de quienes viven con Diabetes en Nuevo León.

## FOTO RECETAS SALUDABLES



Mediante redes sociales se compartieron semanalmente los días Miércoles 4 foto recetas en donde se mostraban platillos saludables, pero con preparaciones saludables para personas que viven con Diabetes.

Con esto buscamos mostrarles a las personas que viven con Diabetes que es posible comer rico y saludable.



EDUCACIÓN  
DIABETES