



RALLYS EDUCATIVOS EN ESCUELAS HÁBITOS- EJERCICIO- BIENESTAR



Arrancamos el mes de octubre con una actividad que nos entusiasma mucho: los rallies educativos "Hábitos-Ejercicio-Bienestar", realizados en primarias de zonas vulnerables del municipio de Monterrey.

Estos rallies constaron de cinco stands temáticos: Alimentación saludable, Ejercicio, Hidratación y Hábitos del sueño. La jornada inicia con una plática educativa, para posteriormente formar equipos por colores. Todos los participantes recorren las estaciones, resolviendo las actividades de cada stand, y concluyen con una activación física grupal. Finalmente, se realiza la premiación (entrega de trofeo y medallas) al equipo que completó el rally de forma correcta y en el menor tiempo posible. Cada niño participante recibe un kit educativo, que incluye un recetario saludable personalizado, un libro educativo de frutas y verduras, una lonchera, dos sandwicheras, dos termos y stickers.

Agradecemos a nuestros aliados H-E-B y Fundación DeAcero por hacer posible este gran proyecto, que ha impactado positivamente a la infancia beneficiada.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





BRIGADA MASIVA ALTAMIRA



Durante octubre también se llevó a cabo la gran Brigada de Salud en la explanada del CBTIS 99 donde se atendieron habitantes de la comunidad Campana Altamira y sus polígonos cercanos, con más de 10 stands de salud y educación sin costo.

Por nuestra parte asistimos con monitoreos de glucosa capilar, atención médica, orientación en nutrición, atención podológica y entrega de insumos de monitoreo.

Agradecidos con la respuesta de la comunidad y sobre todo por el la organización del mismo a nuestros aliados de Cero Pobreza, H-E-B, Fundación Deacero e Iniciativa Campana Altamira.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





CONFERENCIAS PARA PADRES

Se llevaron a cabo las conferencias dirigidas a padres de niñas, niños y adolescentes que viven con Diabetes Tipo 1 (DT1), con un total de cinco ponencias realizadas a lo largo de tres fines de semana.

Durante estas sesiones se abordaron temas fundamentales para la educación y manejo del padecimiento, tales como Conteo de carbohidratos, Estilo de vida, Técnicas de aplicación de insulina y Tipos de insulina.

Diversos especialistas compartieron su tiempo y conocimientos para contribuir al desarrollo de estas conferencias, las cuales resultan de gran valor para nuestros beneficiarios y sus familias.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES



Jeringas y agujas para la aplicación de insulina



SESIÓN DE PSICOLOGÍA PADRES REGALANDO VIDA POR UDEM



Buscando reforzar los temas psicológicos de cada padre de familia que tiene hijos con Diabetes Tipo 1, se llevo a cabo una sesión educativa de psicología enfocada en el manejo de las emociones de los padres e hijos cuando se vive con un padecimiento cómo lo es la Diabetes.

Siendo esta una sesión muy enriquecedora e inspiradora para los padres de familia, agradecemos a las psicólogas de UDEM por donar su tiempo y conocimiento en pro de nuestros beneficiarios.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES

UDEM

REGULARIZACIÓN BENEFICIARIOS REGALANDO VIDA

Sesión grupal de regularización para nuestros beneficiarios de "Regalando Vida" programa de apoyo para niños y adolescentes que viven con Diabetes Tipo 1.

Agradecemos a la psicóloga Lic. Victoria Quiñones quién brindo atención personalizada a cada beneficiario, apoyando a reforzar el tema psicológico el cual va muy de la mano con su apego al tratamiento.



AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





ENTREGAS DE LIBROS EDUCATIVOS PADRES “REGALANDO VIDA”



Se entregan libros educativos de recomendaciones para la conexión con los hijos adolescentes donados por nuestro aliado H-E-B.

Con el fin de seguir apoyando la educación multidisciplinaria de los padres de “Regalando Vida” programa de apoyo para niños y adolescentes que viven con Diabetes Tipo 1.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





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

BOLETÍN MENSUAL OCTUBRE 2025

PROMOCIÓN “CORRE X LA DIABETES”

MISIÓN

EDUCAR para PREVENIR
la Diabetes y contribuir a la
atención integral.

VISIÓN

Ser referente en la PREVENCIÓN y
ATENCIÓN de la Diabetes con educación,
innovación y profesionalismo
con sentido humano.

NUESTRO PROPÓSITO

PRIORIZAR la educación y
autocuidado en salud para
una VIDA DIGNA.



Se grabó junto a la Diputada Federal Anita González la promoción de la carrera “Corre x la Diabetes” 2025 por medio de multimedios canal 6, donde nuestra directora Analucía Albo habló de nuestra misión y la importancia de visibilizar nuestra causa en el mes de noviembre.

Agradecemos a la Diputada Anita González y al Municipio de Monterrey por organizar esta carrera en beneficio de los tratamientos de niños y jóvenes que viven con Diabetes Tipo 1, y adultos que viven con Diabetes Tipo 2, donando la totalidad de lo recaudado en beneficio de quienes mas lo necesitan.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





PLÁTICA SOBRE DIABETES Y ALIMENTACIÓN SALUDABLE



Nuestra nutrióloga educadora en Diabetes brindó una plática sobre Diabetes y Alimentación saludable para todos los colaboradores y miembros de la comunidad que forman parte del Centro Cultural Rosa de los Vientos

Fue una tarde enriquecedora llena de aprendizaje promoviendo la prevención de la Diabetes en nuestro Estado, gracias al centro cultural Rosa de los Vientos por el espacio.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES

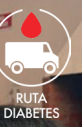


BRIGADA COMUNITARIA MUNICIPIO DE ESCOBEDO

Realizamos además una brigada de monitoreo de glucosa capilar en el Municipio de Escobedo para todos los miembros de la comunidad.

Además de información nutrimental e invitación a conocer la AMNDL para quienes más lo necesitan.

Agradecemos al Municipio de Escobedo por la invitación que nos permite seguir llegando a distintos Municipios del Estado.



AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





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

BOLETÍN MENSUAL OCTUBRE 2025

MESA DE SALUD CAPITAL COMÚN



Formamos parte de la mesa de salud de Capital Común.

Donde se reunieron entidades publicas, privadas, académicos y especialistas para tratar temas relevantes del Estado.

Agradecemos a Capital Común por la invitación a este espacio.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES



BRIGADA MONITOREO EMPRESA LAMOSA

Nuevamente estuvimos presentes en la empresa Lamosa, en el municipio de Juárez, Nuevo León.

En esta ocasión se realizaron monitoreos de glucosa capilar para todos los colaboradores.

Agradecemos a Lamosa por la invitación y por esta valiosa iniciativa enfocada en la prevención del padecimiento entre sus empleados.



AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





CLASES DE EJERCICIO POR COACH



El ejercicio es considerado como pilar fundamental para el cuidado de la Diabetes, es por esto que de manera semanal todos los lunes o martes se imparte una clase de ejercicio de manera virtual mediante Facebook Live y al finalizar dejamos el video disponible para que los pacientes realicen su rutina a cualquier hora.

En cada sesión compartimos rutinas que pueden realizarse desde casa, incluso sin equipo, fomentando un estilo de vida activo y saludable.



RECETAS SALUDABLES



Además compartimos a través de nuestras redes oficiales una receta semanal saludable, para brindar ideas de comida variada y deliciosa que no afecte la salud de nuestra comunidad en esta ocasión aprovechando la temporada otoñal en nuestras recetas.

De esta manera buscamos promover que es posible tener un estilo de vida más saludable para quienes viven con Diabetes sin sacrificar el delicioso sabor con recetas aprobadas por nuestra nutrióloga y recomendaciones de porciones adecuadas.





CONTENIDO EDUCATIVO

CASA DIABETES

atención cercana,
accesible y especializada.

UN ESPACIO HECHO PARA TI,
SI VIVES CON DIABETES

Consulta con nutrición, medicina
y podología.
Impartido por educadores en diabetes.



Tu salud mental es parte
de tu tratamiento.
No la dejes al final de la lista.

Este mes y todos los días

Cuida tu mente y tu salud



¿Ya revisaste tu glucosa hoy?

Recuerda checar tus niveles de
glucosa al menos una vez al día
si vives con Diabetes.



A través de nuestras redes sociales se comparten semanalmente contenidos educativos enfocados en Diabetes con el objetivo de brindar información de calidad que logre disminuir dudas respecto a este padecimiento.

Además de la promoción de nuestros programas de apoyo para personas que viven con Diabetes.



CONGRESO VIRTUAL DE DIABETES

2025 VÍA zoom

13 DE NOVIEMBRE

10:00 a.m.



Dr. Edmundo Ávila
Hipólito
Tipos de Diabetes,
diferencias y
tratamientos.

11:00 a.m.



Chef Cecy Boughton
Taller de cocina
saludable

12:00 p.m.



Dr. Galdino Hernández
Ejercicio y pérdida de
masa muscular en
personas con Diabetes

1:00 p.m.



Coach Karina Chapa
Construyendo masa
muscular

14 DE NOVIEMBRE

HABITS PROTEIN | 10:00 a.m.



Nut. Salma Jimenez
La importancia de una alimentación completa y balanceada



Nut. Estefany García



Nut. Jesús Cortez

11:00 a.m.



Dr. Jorge Hernández
El cuidado de los
pies

12:00 p.m.



Nut. Ed. Alejandra
Tellez
Técnicas de aplicación
de insulina



¡ESCANEA EL QR Y REGÍSTRATE!

