



REVISIÓN ANUAL REGALANDO VIDA



En el mes de Febrero se realizó la revisión anual de los niños y adolescentes beneficiarios de nuestro programa de apoyo a pacientes con Diabetes Tipo 1: "Regalando Vida".

En esta revisión se realizaron exámenes de sangre generales, revisión de fondo de ojo, revisión podológica y dental, así como seguimiento nutricional y médico para evaluar el correcto desarrollo del paciente.

Durante las primeras dos semanas del mes acudieron nuestros beneficiarios a quienes se les realizaron sin costo alguno las revisiones antes mencionadas.

Muchas gracias a todos los que apoyan día con día a nuestro programa, así como a todo el equipo de especialistas de la salud y voluntarios que hacen posible que sigamos otorgando apoyo a estas familias.



AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





REVISIÓN ANUAL 360 DIABETES



En el mes de Febrero se realizó la revisión anual de los beneficiarios de nuestro programa de apoyo a pacientes con Diabetes Tipo 2: "360 Diabetes".

En esta revisión se realizaron exámenes de sangre generales, revisión de fondo de ojo, revisión podológica y dental, así como seguimiento nutricional y médico para evaluar el correcto desarrollo del paciente.

Muchas gracias a todos los que apoyan día con día a nuestro programa, así como a todo el equipo de especialistas de la salud y voluntarios que hacen posible que sigamos otorgando apoyo a estas familias.



AGRADECIMIENTOS ESPECIALES





BRIGADA PRIMER CONTACTO JUÁREZ

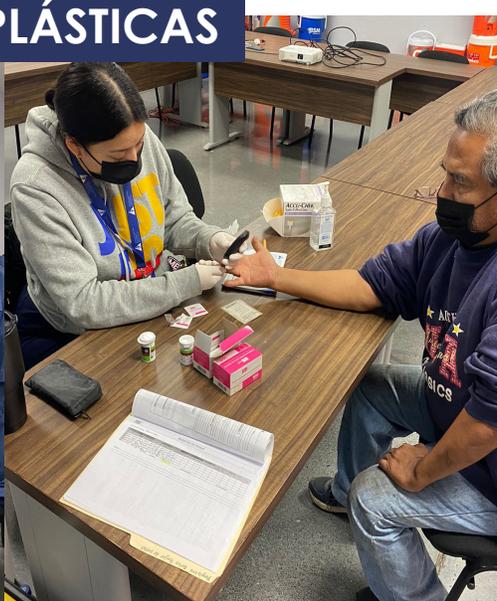


En Febrero continuamos con nuestras brigadas de detección oportuna en Diabetes en el municipio de Juárez, Nuevo León, en donde realizamos brigadas de detección oportuna en Diabetes para jóvenes y adultos mayores que cuentan con un alto riesgo de vivir con este padecimiento, en estas brigadas se realizaron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

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES



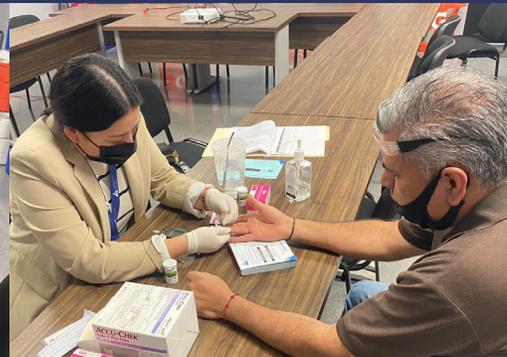
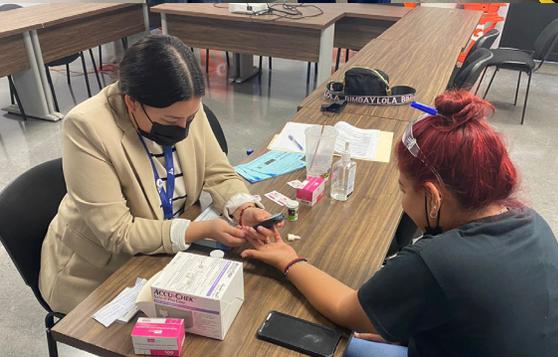
BRIGADA INDUSTRIAS PLÁSTICAS



Durante el mes realizamos visitas a la empresa INDUSTRIAS PLÁSTICAS, en donde nuestras especialistas realizaron una evaluación de indicadores antropométricos y clínicos y toma de glucosa capilar a empleados que viven con Diabetes Tipo 2.

Esto con el objetivo de invitarlos a mantener un control adecuado en su padecimiento y de esta forma evitar complicaciones futuras.

Muchas gracias a la empresa INDUSTRIAS PLÁSTICAS por abrirnos las puertas para seguir brindando educación y pronta atención a quienes viven con Diabetes.





DESAYUNO DAMAS VOLUNTARIAS AMDNL



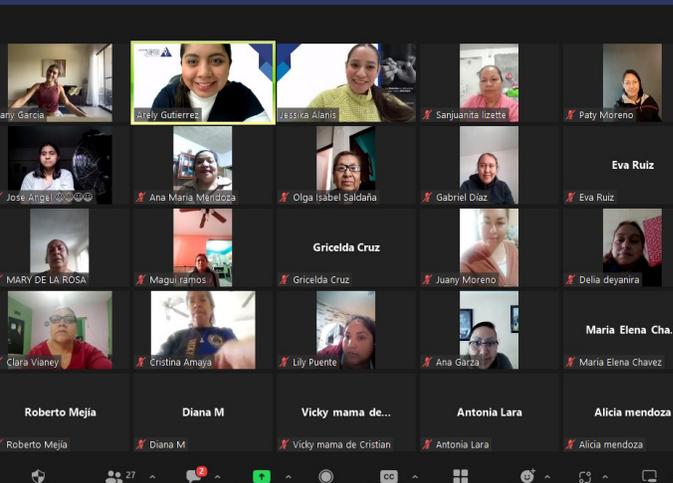
Como agradecimiento a la gran labor realizada por las integrantes del comité de Damas Voluntarias de la Asociación Mexicana de Diabetes en Nuevo León, se ofreció un desayuno organizado por nuestra presidenta y la líder de del grupo de Damas Voluntarias.

En este evento se recapituló la gran labor realizada durante el año 2022 mediante los eventos que se realizaron y que gracias a su apoyo pudimos seguir brindando apoyo en su tratamiento de Diabetes a niños, jóvenes y adultos de escasos recursos del Estado de Nuevo León.

Reforzando el compromiso y nuestro agradecimiento a cada una de las voluntarias que forman parte del Comité esperamos que este año 2023 esté lleno de logros que nos permitan seguir siendo un pilar de apoyo para quienes viven con este padecimiento.

En Febrero tuvimos nuestra primera edición de nuestro taller de educación en Diabetes: "Conferencias de Bienestar y Nutrición", en donde de la mano de especialistas se abordaron temas de importancia para nuestros beneficiarios.

En esta ocasión contamos con 50 asistentes que pudieron disfrutar de ponencias educativas, talleres de cocina y clases de ejercicio durante los dos días que duró el taller.



Y NUT CONFERENCIAS DE BIENESTAR

JUEVES 16 DE FEBRERO



LN. LUCIA CERVANTES
"Hablemos de endulzantes calóricos y no calóricos"

2:00 P.M.



LN. CLAUDIA QUINTANAR, ED
"La importancia de la alimentación saludable en el control de mi diabetes"

3:00 P.M.



KARLA SALAZAR MARIONI, LN, MNC
"Ayuno Intermitente ¿Funciona en personas con DM?"

4:00 P.M.

VIERNES 17 DE FEBRERO



DANY FIT
Activación física

10:00 A.M.



CHEF HOPE SEGURA
Clase de cocina

11:00 A.M.



LN, ED JESSICA ALANIS
LN, ED ARELY GUTIÉRREZ
Cocina saludable

12:00 P.M.



Continuamos con nuestro ya tradicional 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.



AGRADECIMIENTOS
ESPECIALES



CONTENIDO EDUCATIVO

Test O'Sullivan
Qué es y cómo se realiza...



Objetivo: detectar el riesgo de desarrollar diabetes gestacional.

Realización: el profesional suministra 50 gramos de glucosa vía oral. Una hora después se estudia la cantidad de glucosa en la sangre para evaluar niveles de absorción.

Resultados: No se obtiene un diagnóstico definitivo, pero se establece un baremo de riesgo. Si los resultados son positivos se realizan nuevas pruebas para confirmar la diabetes gestacional.



La diabetes gestacional no controlada puede llevar a **altos niveles de glucosa sanguínea**, lo cual puede causar problemas para ti y tu bebé.

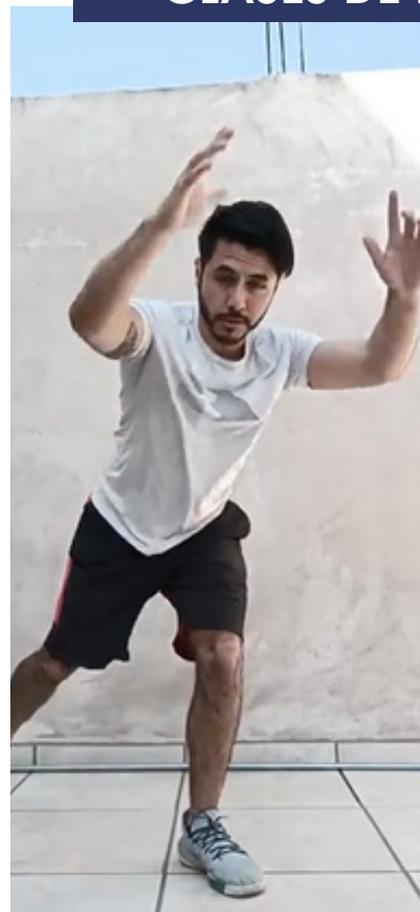
La **cardiopatía congénita** es una de las complicaciones que pueden surgir en caso de no tratar esta enfermedad.

Mediante nuestras redes sociales compartieron contenidos educativos enfocados en Diabetes con el objetivo de brindar información de calidad que logre disipar dudas respecto a este padecimiento.

En Febrero abordamos el tema de “La Diabetes Gestacional”. Este tema se tocó 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.



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.





PROYECTO SOCIO FORMADOR ITESM



En el mes de Febrero acudimos a las instalaciones del Tec de Monterrey para dar inicio a nuestro siguiente proyecto colaborativo en conjunto con los estudiantes de Medicina de dicha universidad, en donde se les mostró la problemática que enfrenta nuestro país debido a la pandemia de Diabetes.

Así mismo como proyecto de esta materia se realizará una herramienta para generar un test de riesgo en daño renal para los pacientes que viven con Diabetes.

Esta herramienta tiene como objetivo que el paciente pueda identificar mediante preguntas simples si se encuentra en riesgo o si ya presenta síntomas claves de las diferentes etapas de la enfermedad renal con el objetivo de poder acudir a consulta a la brevedad y de esta manera se realice un diagnóstico oportuno que aumente las posibilidades de mejorar su calidad de vida.



Con el objetivo de brindar a los estudiantes herramientas que les permitan desarrollarse como agentes de cambio en nuestra sociedad.

Sumándose a generar acciones que fomenten la educación sobre la Diabetes, permitiéndoles transmitir y lograr comunicar de manera eficiente la información sobre este padecimiento, logrando así que quienes viven con el puedan recibir información de calidad con la que puedan mejorar su calidad de vida impulsando a frenar la pandemia generada por la Diabetes en nuestra sociedad continuamos con nuestro programa de capacitación en Diabetes de algunos estudiantes del Colegio Americano.

Estos alumnos forman parte del club médico de dicho colegio y se sumarán como voluntarios en los proyectos próximos de la asociación.



PROYECTO COLEGIO AMERICANO





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

BOLETÍN MENSUAL FEBRERO 2023

SANANDO DUDAS



“Sanando Dudas” es un programa de Televisa Monterrey en donde tuvimos presencia durante el mes de Febrero participando en varias ocasiones en su sección “Mitos VS Realidades”.

En esta sección se desmienten o se confirman diferentes comentarios que la gente puede realizar día a día respecto a temas de Diabetes y Nutrición.

De la mano de nuestra nutrióloga educadora en Diabetes podemos abordar diferentes temas y preguntas que genera el público y de esta manera invitarlos a conocer a la Asociación para que podamos ayudarlos en su situación.

AGRADECIMIENTOS
ESPECIALES



EDUCACIÓN
DIABETES

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