

# FAMILIA Y DIABETES

*En el mundo más de 425 millones de personas viven con esta enfermedad.*

*La mayoría padece diabetes tipo 2 que, en gran parte, se puede prevenir con actividad física regular, dieta sana y equilibrada, y entornos de vida saludable.*

## EL PAPEL DE LA FAMILIA

El apoyo en el cuidado de la diabetes es muy importante en la mejoría de la salud de quienes la padecen.

### ¡IMPORTANTE!

Para reducir el impacto emocional de la enfermedad, los pacientes y sus familias deben contar con acceso a la educación sobre diabetes, así como apoyo continuo en materia de su autocontrol.





Tomar la medicación  
y/o administrar la  
insulina

# » CONOCIMIENTOS «

## Y PRÁCTICAS NECESARIAS



Respetar el  
plan de alimentación  
pactado



Conocer acerca de  
hiperglucemia e  
hipoglucemia



Extremar la  
prevención de lesiones  
en los pies



Integrar el tratamiento en  
horarios, hábitos y actividades  
de la vida cotidiana



Realizar el registro de glucemia capilar  
(autoanálisis) y aprender a efectuar cambios  
en la pauta de tratamiento (autocontrol)



Evitar factores de riesgo vascular  
(tabaco, hipertensión arterial,  
obesidad, colesterolos elevados,  
mal control de la diabetes, etc.)