

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.



CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS NECESARIAS



Tomar la medicación
y/o administrar la
insulina



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.)