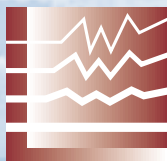


DIA MUNDIAL DE LA DIABETES
El precio de la Ignorancia • DIABETES Y EDUCACION

Educando en Diabetes

Unidad de Tratamiento Educativo

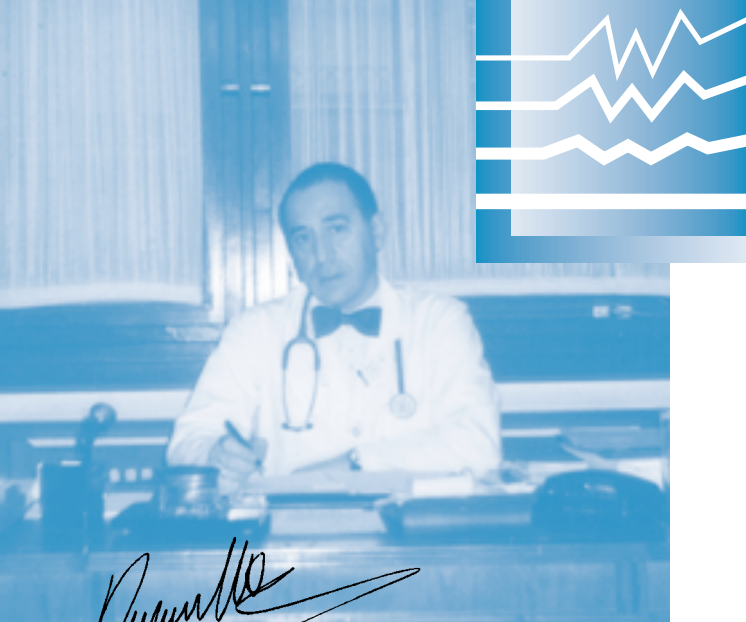


CLINICA
DIABETOLOGICA

Dr. Antuñá de Alaiz

CLINICA DIABETOLOGICA

Dr. Antuña de Alaiz



Dr. Ramiro Antuña de Alaiz

EDUCANDO EN DIABETES

Nosotros pensamos que es un aspecto fundamental del tratamiento de cualquier enfermedad crónica y muy especialmente en la diabetes.

La falta de educación es tan grave como la falta de insulina.

La educación intenta crear y mantener cambios permanentes en su comportamiento y hábitos de vida porque sabemos que **la ignorancia es el principal aliado de las complicaciones diabéticas.**

Como pieza fundamental es imprescindible para todos nuestros pacientes, independientemente del tipo de diabetes que usted tenga. Sabemos que tanto Ud como nosotros nos sentiremos mejor cuanto menos desconozca sobre su enfermedad.

Gracias a nuestro programa de educación diabetológica, **usted será capaz de controlar su diabetes**, modificando hábitos, estilos de vida y cooperando más eficazmente con su equipo médico en el objetivo fundamental, que es mantenerse libre de síntomas y prevenir las complicaciones micro y macrovasculares de la diabetes. Con la información de nuestro programa educativo continuamente actualizado, usted controlará su diabetes, evitando que esta marque y controle su vida.

► ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

Las sesiones de educación en nuestra clínica serán al principio individuales, para **adaptarnos al ritmo de aprendizaje de cada persona**, posteriormente usted puede ser invitado a una clase en grupo con personas de sus características, para crear grupos de discusión y que usted se beneficie de la dinámica de grupo. Queremos que se establezcan aquí las bases de **una comunicación positiva**, que nos ayude a preservar lo más importante para nosotros que es su salud.

En algunas clases, se solicitará que participe algún miembro de su familia, ya que su diabetes también afecta a todos. "La diabetes es una enfermedad familiar"

▶ PLAN DE ALIMENTACION

En primer lugar, trataremos de explicarle como comer prácticamente de todo, realizando un plan de alimentación **flexible, variado y suficientemente atractivo**, para que el cumplimiento del mismo no resulte aburrido, y además incorpore al resto de los miembros de su familia, el gusto por el disfrute y las numerosas ventajas de una dieta sana y cardio-saludable.

▶ ACTIVIDAD FISICA

Realmente queremos demostrale la importancia del **ejercicio físico regular**, muy indicado para conseguir un peso corporal adecuado, además de contribuir de forma muy eficaz en la mejora de sus niveles de azúcar en sangre.

▶ AUDIOVISUALES

En ocasiones será requerido para que visiones algún **video educativo** antes de las clases, facilitando así la labor de aprendizaje.

Muchos de nuestros videos son de producción propia, y algunos de ellos son incluso de **carácter interactivo**, por lo que sólo pueden ser visionados en presencia y con las indicaciones de la educadora en diabetes en nuestra clínica.

▶ OBJETIVOS

Durante el proceso educativo trataremos de negociar con usted los objetivos de tratamiento, para que se sienta implicado y motivado en alcanzarlos.

Queremos que mediante esta negociación, usted sea consciente de los beneficios que la modificación de algunos comportamientos y la **búsqueda de un buen control de su diabetes** le reportarán.

▶ AUTOCONTROL

Otro aspecto fundamental de la educación diabetológica, es el autocontrol sanguíneo, pero en nuestra clínica queremos que usted esté capacitado par **obtener beneficios del autocontrol en el día a día**, para que comprendiendo usted los mismos minimice los obstáculos y las dificultades que la práctica del autocontrol puedan ocasionarle.

▶ BOMBAS DE INSULINA

Programa ambulatorio específico para **tratamiento de diabetes con bombas de infusión continua**. Tiene una duración de 4 semanas y a partir de éste, Ud. comenzará a utilizar este tratamiento: indicado sobre todo en casos de diabetes inestable, personas con horarios muy variables e imprevisibles, o simplemente que quieren ganar en libertad y flexibilidad.

▶ AUTOCONTROL

Otro aspecto fundamental de la educación diabetológica, es el autocontrol sanguíneo, pero en nuestra clínica queremos que usted esté capacitado par **obtener beneficios del autocontrol en el día a día**, para que comprendiendo usted los mismos minimice los obstáculos y las dificultades que la práctica del autocontrol puedan ocasionarle.

▶ MANEJO DE SITUACIONES ESPECIALES

También recibirá información detallada sobre las **hipoglucemias**, descompensaciones agudas **hiperglucemias**, y soluciones en su domicilio antes de que se haga inevitable la hospitalización, así como medidas para implicar al resto de su familia en la consecución, de los objetivos de control pactados.

Nuestro programa no finaliza después de cubrir, todos los aspectos mencionados, sino que periódicamente será revaluado, reforzado y actualizado con temas puntuales aprovechando las visitas rutinarias a la clínica.


▶ OTROS SERVICIOS

Los servicios complementarios de nuestra clínica, y que nos encantaría que los utilizaran; son: **biblioteca** del paciente, **videoteca** del paciente, y las **jornadas educativas** gratuitas al aire libre para jóvenes con diabetes que se organizan periódicamente a distintos lugares de la montaña asturiana con la colaboración de la industria farmacéutica.

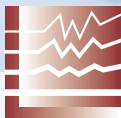
▶ ATENCION CONTINUA

Ustedes nunca estarán solos, disponemos de un nuevo teléfono de **atención las 24 horas del día** para que jamás se sientan desatendidos.

Línea DIABETES 24 horas: 939 239 676



Con nuestro método educativo, obtendrá un mayor conocimiento y control de la diabetes, por lo tanto una mayor sensación de bienestar.



**CLINICA
DIABETOLOGICA**

Dr. Antuña de Alaiz

Corrida, 23
☎ **985 35 05 88**

GIJON
Principado de Asturias

www.clinidiabet.com