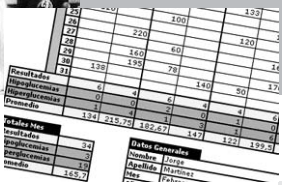
www.clinidiabet.com

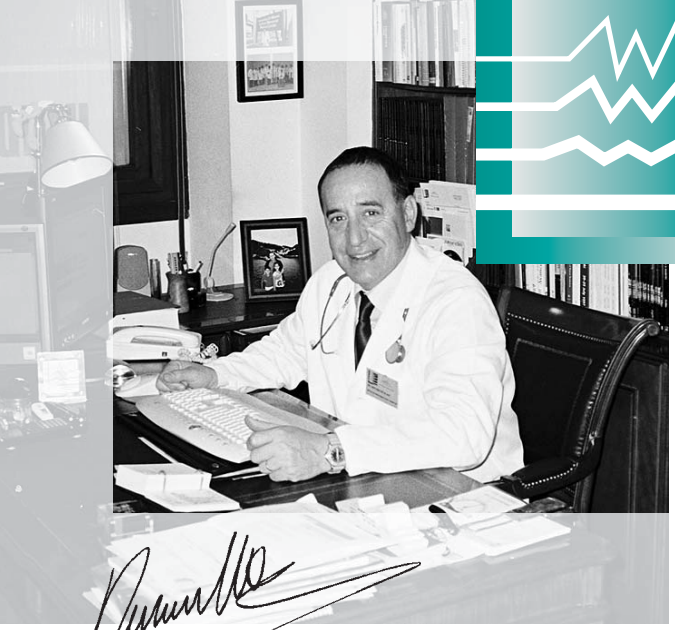


educando en diabetes

unidad de tratamiento educativo

clínica diabetológica

dr. antuña de alaiz



Dr. Ramiro Antuña de Alaiz

educando en diabetes

Una educación apropiada es un aspecto fundamental en el tratamiento de cualquier enfermedad crónica y muy especialmente en diabetes.

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

La educación intenta facilitar cambios permanentes en su comportamiento y hábitos de vida, porque **la ignorancia es el principal aliada de las complicaciones diabéticas.**

Es una pieza fundamental e imprescindible para todos nuestros pacientes, independientemente del tipo de diabetes que tenga, ya que tanto usted como nosotros nos sentiremos mejor cuanto menos desconozca sobre su enfermedad.

clínica diabetológica

dr. antuña de alaiz

Gracias a nuestro programa de educación diabetológica, **será capaz de controlar su diabetes**, modificar hábitos, estilos de vida y cooperar más eficazmente con su equipo médico en el objetivo fundamental, que es disfrutar de la vida manteniéndose libre de síntomas y así prevenir las complicaciones de la diabetes. Con la información de nuestro programa educativo, continuamente actualizado, controlará y dirigirá su diabetes evitando que esta condicione 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 le invitaremos a alguna sesión compartida con personas de sus características, para crear grupos de discusión y pueda beneficiarse de su dinámica. Estableceremos las bases de una **comunicación positiva**, que nos ayude a preservar lo que es más importante para nosotros: su salud.

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

objetivos

Durante el proceso educativo trataremos de **negociar con usted** los objetivos de tratamiento, para que se sienta implicado y le ayude a mantenerse motivado.

Creemos que el objetivo del control de la diabetes es encontrar el equilibrio entre el **control de las glucemias** y **el disfrute de la vida.**

plan de alimentación

Trataremos de enseñarle a comer prácticamente de todo, realizando un plan de alimentación **flexible, variado y suficientemente atractivo**, que además incorpore al resto de los miembros de su familia en el disfrute y ventajas de una dieta sana y cardio-saludable.

actividad física

Queremos demostrale la importancia del **ejercicio físico regular** para conseguir un peso corporal adecuado, y sobre todo, para contribuir de forma muy eficaz a la mejora de sus niveles de azúcar en sangre. Intentaremos que lo incorpore a su nuevo estilo de vida y disfrute mientras lo practica.

audiovisuales

En ocasiones será requerido para que visione algún **DVD 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. También disponemos de juegos de ordenador para el aprendizaje de los niños.

autocontrol inteligente

En nuestra clínica, queremos que esté capacitado para **obtener beneficios del autocontrol en el día a día**, y así minimice los obstáculos y las dificultades que la práctica del autocontrol le puedan ocasionar.

bombas de insulina

Nuestro programa ambulatorio para **tratamiento de diabetes con bombas de infusión continua**, desarrollado en 1997 y reconocido de utilidad en publicaciones internacionales, tiene una duración de 4 semanas. Tras el aprendizaje, comenzará a utilizar este tratamiento: muy útil en casos de diabetes inestable, hipoglucemias desapercibidas, personas con horarios muy variables e imprevisibles, o simplemente para aquellos que quieran ganar en libertad y flexibilidad.

situaciones especiales: manejo

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

Nuestro programa es una continua experiencia educativa y periódicamente será revaluado, reforzado y actualizado con temas puntuales que vayan surgiendo aprovechando sus visitas rutinarias a la clínica.

educacióp or r internet

Nuestra página **www.clinidiabet.com** actualizada mes a mes, ofrece a cualquier persona con diabetes, mucha información de utilidad, como las principales novedades, y nuestro completísimo material educativo...

otros servicios

Para quienes deseen ampliar sus conocimientos, ponemos a su disposición: **biblioteca, videoteca y dvdteca** del paciente. Además organizamos periódicamente **jornadas educativas** al aire libre para jóvenes con diabetes, a distintos lugares de la montaña asturiana.

atención continua

Ustedes **nunca estarán solos**, disponemos de un teléfono de **atención las 24 horas** para urgencias.

Línea DIABETES 24 horas: 639 239 676

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

diseño: www.ivanalonso.com

clínica
diabetológica
dr. antuña de alaiz

Corrida, 23
☎ **985 35 05 88 - 985 35 77 85**
33206 G I J O N
Principado de Asturias

© 2004 R.M. Antuña de Alaiz · Registro Sanitario: 63-1960-P

www.clinidiabet.com