

NUESTRA VOZ

REVISTA DE LA FEDERACIÓN ARGENTINA DE DIABETES



ESTÉS DONDE ESTÉS, SIEMPRE JUNTOS!





ACCUCHEK® Guide

Sorprendentemente INGENIOSO

El nuevo sistema **Accu-Chek® Guide** fue diseñado para facilitar las pruebas diarias de glucosa, brinda una exactitud superior de 10/10¹ para obtener resultados en los que usted puede confiar.

Exactitud superior con la facilidad de siempre.



Pruebas rápidas gracias a tiras con el área de aplicación más amplia.²



El dispositivo de punción **FastClix®** proporciona una punción suave.^{3,4}



El envase **SmartPack®** evita la caída de las tiras.



Aplicación que simplifica la gestión de la diabetes.⁵

Para obtener más información visitá: www.accu-chek.com.ar o comuníquese al **0800-333-6365**

¹ Bionzi PL, Klett LJ, Summer AM. Sources of measurement error in glucose self-monitoring: a review of the literature. *J Diabetes Sci Technol*. 2016;10(1):1414-1419.
² Comparado con tiras de prueba. Datos de la Accu-Chek Guide. Estudio global de manejo de tiras de prueba de glucosa en sangre. Presentado en la Reunión Científica Anual de ADA y ADEA en 2016.
³ Schmitt G et al. Integrated SMBG System — Efficacy of use and analysis of possible errors. Presentado en la 9ª Conferencia Internacional sobre Tecnología Asistida y Tecnología para la Diabetes (ATTED). 2012 - Febrero 8-11. Berlín, Alemania.
⁴ Müller M et al. Los dispositivos de punción Accu-Chek basados en cartucho: Accu-Chek® Multisite y Accu-Chek® FastClix. Datos del valor global. Roche Diagnostics GmbH. 1ª edición 2013.
⁵ Requiere descargar mySugar. Ver compatibilidad en sitio web www.accu-chek.com.ar.

Es un dispositivo para la medición de la glucosa en sangre. Antes de cualquier uso, consulte a su médico y/o farmacéutico. Lea las instrucciones de uso. ACCU-CHEK, ACCU-CHEK FASTCLIX y ACCU-CHEK GUIDE son marcas registradas de Roche. 2016. Autorizado por ANMAT. Accu-Chek Guide. Certificado N° 000576. Accu-Chek FastClix PM 22/16-15. mySugar PM 22/16-15. Validez compatibilidad de smartphones en sitio web de mySugar.



Roche Diabetes Care Argentina S.A.
Rawson 3150 (B1610BAL) - Ricardo Rojas
Tigre - Buenos Aires

ACCUCHEK®

COMISIÓN DIRECTIVA 2018 - 2020

PRESIDENTE

Laufer, Judit (ADiLu)

VICE-PRESIDENTE

Luna, Jorge (DiEVi)

SECRETARIA

Romo, Andrea (ADiLu)

PRO-SECRETARIO

Gali, Christian (DiEVi)

TESORERA

Villar Lucrecia (ADiLu)

PRO-TESORERA

Ichazo, Norma (ARoDía)

VOCAL TITULARES

1º Arce, Nicolás (AViADi)

2º De la Plaza, Marcela (ADiLu)

3º Flageat, Norberto (DiEVi)

4º Panozzo Menegay, Marcos (ACAD - Concordia)

5º Fernández, Norma (ARoDía)

VOCAL SUPLENTE

1º Illanes, Nélica (ADDC)

2º Fernández, Noelia (LEADi)

ÓRGANO DE FISCALIZACIÓN TITULAR

1º Devolder, Gustavo (AViADi)

2º Ciappini, Mabel (DiEVi)

3º Merindol, María Rosa (ACarDi)

ÓRGANO DE FISCALIZACIÓN SUPLENTE

1º Echaniz, Eliana (ACarDi)

2º Juárez, Matías (GADiF)

COMITÉ DE ASUNTOS LEGALES

Director Dr. Christian Gali (DiEVi)

COMITÉ CIENTÍFICO

Director: Dr. Gabriel Lijteroff (AMadu)

SUB-COMISIONES FAD

ACTIVIDAD FÍSICA

Director: Prof. Nicolás Arce (AViADi)

APOYO A NUEVAS ASOCIACIONES

Directora: Lucrecia Villar (ADiLu)

ASUNTOS INTERNACIONALES

Director: Dr. Gabriel Lijteroff (AMadu)

EDUCACIÓN

Directora: Prof. Judit Laufer (ADiLu)

FINANZAS

Directora: Dra. Marcela de la Plaza (ADiLu)

PRENSA Y DIFUSIÓN

Director: Ezequiel Giardelli (ACarDi)

RED SOLIDARIA

Director: Dr. Christian Gali (DiEVi)

SECRETARIA ADMINISTRATIVA

Tec. Mariela Bertini (AsDi)

Para recibir información de cómo ser Asociación o Grupo en Formación Miembro de FAD, enviar mail a: nuevasasociaciones@fad.org.ar o bien a: presidencia@fad.org.ar

“Cuando la situación es buena, disfrútala.

Cuando la situación es mala, transfórmala.

Cuando la situación no puede ser transformada, transfórmate.”

Viktor Frankl

¡Bienvenidos!

En un tiempo de pandemia como en el que estamos viviendo -muy complejo, por cierto- nos vemos afectados en los distintos órdenes de nuestras vidas: en lo familiar, en lo laboral, en lo social.

En estas circunstancias, La Federación Argentina de Diabetes (FAD) ha tenido también que adaptarse, en lo que va de estos meses, a la realidad que, por cierto, ha limitado muchos de nuestros proyectos y nos ha llevado a pensar en otros nuevos, quizás, impensados.

Y los meses de marzo a junio pasaron y...

¡Cuando la situación no puede ser transformada, transfórmate!

Usar la herramienta de lo virtual hizo que pudiéramos acceder a simples noticias y también a compartir importantes capacitaciones, borrando así las distancias geográficas como así también tener fuerte presencia de FAD en redes sociales, medios gráficos y televisivos.

Lo virtual, un universo nuevo para muchos, fue la vía por donde pudimos ir avanzando en la dirección que nos propusimos, siempre generando contenidos para nuestra gente, para sus familias y la sociedad en general porque estamos convencidos que debemos seguir hablando de Diabetes, debemos seguir hablando de Prevención, debemos seguir hablando de Educación.

En alguna oportunidad hice mención acerca de FAD como una entidad abierta al aprendizaje, y quedó demostrado mirando lo hecho y lo mucho que todavía le queda por realizar.

Los invito a avanzar en la lectura de esta nueva edición con información veraz, una impronta que, desde siempre, nos caracteriza.

Y será hasta la próxima, con muchas más novedades y con los mismos deseos de reencontrarnos.

Los abrazo afectuosamente, ¡¡¡cuidense mucho y así nos cuidamos entre todos!!!

Prof. Judit Laufer

Presidente FAD

Miembro Comité Ejecutivo IDF-SACA

Directora Área Educación FAD.



IMPORTANCIA DEL ROL DE ENFERMERÍA JUNTO A PERSONAS CON DIABETES MELLITUS

En personas que conviven con diabetes se pone de relieve en las experiencias de vida, por lo que es fundamental abordar con calma, paciencia, empatía y trato digno, el acto del cuidado personalizado

Convivir con situaciones de salud que implican adaptación a los cambios y afrontamiento eficaz y oportuno contando con el conocimiento, recursos, autonomía y voluntad de resolver y mantener la calidad de vida es un gran desafío para las personas que transcurren en lo cotidiano con todas las necesidades humanas y esenciales para la subsistencia y que al mismo tiempo pertenecen al grupo de personas con diabetes mellitus, es tener presente varias formas de organización y capacidad de alerta así como de sistemas de apoyo social y sanitario con el fin de prevenir riesgos o complicaciones así como de mantener niveles deseados de bienestar.

En el devenir de los avances de la sociedad en términos políticos, culturales, tecnológicos y científicos se acontecen todos los procesos de desarrollo de un estado, ello configura un escenario para la vida diaria de todas y todos los ciudadanos en un territorio que percibido de modo profundo se concibe como aquel espacio vital que define prácticas de salud, partiendo de las decisiones individuales, familiares y colectivas que gestan intenciones y consecuencias de acuerdo al momento y tipo de acción adoptada en presencia de circunstancias de cuidado de la integridad, el bienestar y el equilibrio global de la salud de las personas con diabetes que ante un evento o requerimiento deben definir una conducta responsable y objetiva a fin de controlar, vigilar y evitar alteraciones de diferentes grados de complejidad.

En este sentido es clave hallar en el Rol de Enfermería como figura y sistema de apoyo completo, eficaz, objetivo, racional, ético, digno y esencialmente humanístico para acompañar, valorar, escuchar, conectar y articular en las redes sanitarias todas aquellas acciones del cuidado integral dirigidas a las personas, familias, grupos y comunidades con diabetes que

requieran la participación responsable y profesional de enfermería en virtud de encontrar respuestas y guiar las buenas conductas de salud que faciliten la planificación de decisiones autónomas y conscientes en aquellas instancias que activen estos requerimientos.

En personas que conviven con diabetes se pone de relieve en las experiencias de vida, y contemplando la biografía social y sanitaria, infinitos sucesos favorables y circunstancias de riesgos o amenazantes para la vida, donde es fundamental abordar con calma, paciencia, empatía y con trato digno todo el acto del cuidado personalizado, transferencial, psicoafectivo y respetuoso que desde Enfermería se brinda en cada momento que alguien lo necesita.

ENFERMERÍA ESTÁ PRESENTE CON Y PARA LAS PERSONAS CON DIABETES COMO ASÍ TAMBIÉN PARA AQUELLAS QUE PUEDEN, TOMANDO HÁBITOS SALUDABLES EN FORMA PRECOZ, PREVENIRLA.

Considerando también desde el compromiso y conducta ética en la profesión de enfermería y en materia de responsabilidad social y colectiva el trabajo constante con énfasis en la promoción del bienestar, calidad de vida y salud integral e inclusiva, a partir de lo cual se gestan acciones de promoción y prevención que apuntan a crear consciencia y reconocimiento de prácticas cotidianas, evaluación clínica y psicosocial programada en coordinación con los centros de salud, postas sanitarias en la comunidad, visitas domiciliarias, consultorios, y hasta por teleasistencia, teniendo diferentes formatos de atención.

A MODO REFLEXIVO ES DE INTERÉS PENSAR EL SENTIDO DE NUESTRA INTEGRACIÓN Y RELACIÓN COMO COMUNIDAD CON LOS SERVICIOS Y PROFESIONALES DE LA SALUD Y EN PARTICULAR CON LA PRIMERA LÍNEA CLAVE DEL CUIDADO QUE ES ENFERMERÍA DESDE LA IMPORTANCIA DE SU ROL JUNTO A LAS PERSONAS QUE CONVIVEN CON DIABETES MELLITUS.

Enfermería está presente con y para las personas con diabetes como así también para aquellas que pueden, tomando hábitos saludables en forma precoz, prevenirla. Existen múltiples experiencias y relatos reales donde se observa el rol de enfermería preconizando el derecho a la salud, y brindando el acompañamiento de situaciones complejas, con monitoreo y seguimiento de salud, orientación para las decisiones autónomas, educación diabetológica, además de la coordinación de acciones con los servicios de soportes claves como nutrición, psicología, trabajo social, medicina especializada, educación física, bioquímica y otras áreas profesionales y sociales; esto explica como enfermería en el cumplimiento de sus funciones de asistencia, docencia, investigación y gestión, concibe el valor del cuidado centrado en la persona con visión holística.

La profesión de enfermería cuenta actualmente con un desarrollo profesional elevado, en primer lugar logró crear su propia identidad social y cultural y es valorada en la sociedad, asimismo posee pensamiento crítico, reflexivo, ético desde el cual traduce un sentido de relación terapéutica y empatía con cada persona, por otra parte la práctica profesional esta legitimada y regulada por el estado con ley de ejercicio, se faculta de idoneidad en instituciones de formación superior y mediante la actualización continua y conforma comisiones interprofesionales en diversas especialidades y en particular en el área de diabetes que otorga la consolidación de conocimientos científicos para tener un enfoque teórico y práctico en las instancias en que participa con y para las personas que requieren de su asistencia y contribución profesional, destacando la importancia de enfermería en la diseño, creación y planificación de programas sanitarios en torno a diabetes y otras enfermedades crónicas desde la competencia de gestión, como las instancias de producción de conocimiento en términos de investigación en diabetes desde ámbitos de enfermería familiar y comunitaria, como en otras áreas de complejidad.

Si podemos percibir e identificar estos grandes campos de acción de enfermería en nuestro contexto con el cristal que crea una mirada de reconocimiento y valoración social entonces estamos teniendo un gran avance como sociedad ya que visibilizamos el aporte genuino, honesto, transparente, legítimo y productivo que la misma tiene, teniendo en cuenta que en 2020 se reconocen los 200 años del natalicio de Florence Nightingale quien promovió el impulso creciente y potencial de esta noble y emblemática profesión.

A modo reflexivo es de interés pensar el sentido de nuestra integración y relación como comunidad con los servicios y profesionales de la salud y en particular con la primera línea clave del cuidado que es Enfermería desde la importancia de su rol junto a las personas que conviven con diabetes mellitus.

Referencias bibliográficas

- Castro-Meza, A. N., Pérez-Zumano, S. E., & Salcedo-Álvarez, R. A. (2017). *La enseñanza a pacientes con diabetes: significado para profesionales de enfermería*. Enfermería universitaria, 14(1), 39-46.
- Elorza, M. E., Moscoso, N. S., & Ripari, N. V. (2012). *Evaluación de políticas públicas de provisión de fármacos para diabetes mellitus tipo 2 en Argentina: estudio de caso*. Salud Colectiva, 8, 35-45.
- Guerrero-Núñez, S., Valenzuela-Suazo, S., & Cid-Henríquez, P. (2018). *Cuidado de enfermería en personas con diabetes mellitus tipo 2, según la Teoría de la Atención Burocrática*. Aquichan, 18(1).
- Luengo, S. R., & Molina, A. S. (2008). *Aplicación del proceso de enfermería según el modelo de Roy en pacientes con diabetes mellitus*. Enfermería global, 7(3).
- Naranjo Hernández, Y. (2016). *La diabetes mellitus: un reto para la Salud Pública*. Revista Finlay, 6(1), 1-2.
- Pérez-Cuevas, R., Reyes Morales, H., Doubova, S. V., Zepeda Arias, M., Díaz Rodríguez, G., Peña Valdovinos, A., & Muñoz Hernández, O. (2009). *Atención integral de pacientes diabéticos e hipertensos con participación de enfermeras en medicina familiar*. Revista Panamericana de Salud Pública, 26, 511-517.
- Poder Legislativo Nacional. (1989). Ley 23753 Salud pública - Enfermedad diabética-. <http://test.e-legis-ar.msal.gov.ar/leis-ref/public/showAct.php?id=6725>
- Poder Legislativo Nacional. (1991). Ley N° 24.004 Ejercicio de la Enfermería. <http://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/0-4999/403/norma.htm>

Profesor Carlos Oscar Lepez
M.N: 68.413- RUP: 3.337
• Docente de Salud Pública.
Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires.
• Coordinador por Argentina de la Red Internacional de Enfermería en Cuidados Paliativos.
• Coordinador de la Unidad Docente de Enfermería Unidad Asistencial Dr. César Milstein-INSSJP-UBA
• Miembro de la Academia Peruana de Salud Pública



Este grupo de psicólogas, coordinadas por la licenciada María Belén Avila, se reúne, vía plataformas virtuales, en pos del beneficio de las personas con diabetes y sus familias.

Bajo la concepción antropológica del ser humano como un ser integral es que se piensa el trabajo interdisciplinario como la mejor modalidad de abordaje de la persona que tiene diabetes. Todas las áreas son de capital importancia generando la oportunidad de seguir desarrollándose intra e interdisciplinariamente. Respecto a la psicología, como una de esas áreas, se ha visto ante la pertinencia de intercambiar entre los profesionales para lo que fue preciso, en primera instancia, vincularlos. Ha surgido así la intención de reunir a los psicólogos que estuvieran trabajando con personas con diabetes en el país.

El trabajo del psicólogo suele ser un trabajo muy solitario. Tener un grupo de pertenencia nos hace sentir contenidos. Este grupo se sostiene desde la base de los valores del respeto, la empatía y la heterogeneidad. Respeto por el ser humano, considerando la dignidad del otro y de uno mismo; concadenado a la empatía, en tanto la participación afectiva en una realidad ajena a la propia; y, desde allí, la riqueza de la hetero-

genezidad como aporte desde la diversidad. Está compuesto por psicólogas que trabajan desde diferentes corrientes teóricas, con personas en diferentes rangos etarios, diferentes tipos de diabetes, con diferentes modalidades de trabajo, en distintas partes del país y por eso con particularidades culturales regionales, pero, por sobre todas las cosas, está compuesto por personas que tienen una mirada singular que la quieren compartir para colaborar y seguir creciendo juntas.

Este grupo se encuentra trabajando a partir de reuniones virtuales que tienen espacio cada 15 días donde alternadamente una de las psicólogas presenta un tema de interés grupal. Existen también reuniones paralelas de subgrupos de trabajo, además del intercambio diádico espontáneo. Paralelamente, acontece un flujo de intercambio de material de contenido, artículos periodísticos afines, propuestas de ponencias de interés, entre otras cosas, que lo mantiene activo permanentemente.

Se encuentra abierta la convocatoria para todos aquellos psicólogos que quisieran formar parte. Deben contactarse con la coordinadora Lic. María Belén Avila vía e-mail a presidencia@fad.org.ar, o a la casilla lic.mabelenavila@gmail.com, y también en Instagram: [@f.a.d.official](#) y [@becucha27](#). Por Facebook: Federación Argentina de Diabetes, María Belén Avila.



Diagram illustrating the LibreView system architecture:

- FreeStyle Libre**: A sensor (represented by a small white disc) is connected to a smartphone, which displays the glucose reading (112).
- LibreView**: A central computer monitor displaying the LibreView web interface, showing a graph of glucose levels over time and a table of recent readings.
- FreeStyle LibreLink**: A sensor (represented by a small white disc) is connected to a smartphone, which displays the glucose reading (112).

The LibreView system allows for secure, real-time access to all information via the LibreView.com website.

LECTOR
FreeStyle Libre

Podrás medir tus niveles de glucosa con un solo escaneo¹.

LibreView

Acceso seguro y en línea a toda la información².
LibreView.com

FreeStyleLibreLink

Desde ahora será posible controlar tus valores de glucosa usando tu smartphone^{3,4,5}





Cada vez que somos elegidos,

la ciencia y técnica aplicadas
alcanzan nuestra meta:



restablecer y preservar la
salud de los pacientes.



TELE-RECETAS, TECNOLOGÍAS QUE SURGIERON POR EL COVID-19 Y QUE LLEGAN PARA QUEDARSE

Como sabemos, en esta pandemia, se generaron muchos cambios que no fueron de nuestro agrado, así como adaptarnos a una modalidad que no estábamos preparados en su mayoría.

No todo debe ser negativo, debemos mirar el medio vaso lleno, y es acá donde nos vamos a enfocar desde Asuntos Legales.

A raíz del Aislamiento Social Preventivo Obligatorio (ASPO) el Ministerio de Salud actuó con rapidez y dictó dos resoluciones que siguen vigentes: la primera es la Resol Nro. 627/20, del Ministerio de Salud, que describe cuales son los pacientes de riesgo y abarca a todas las personas con diabetes (tema que hoy genera controversias con los empleadores si la persona DM2 sin tratamiento, con insulina, debe o no trabajar). La segunda Resol Nro. 696/20 es la que estableció el formato de recetas, ampliando la tradicional en formato de papel a todas las formas existentes incorporando las tecnologías online y digitales. Como respaldo de ésta, se dictó la Resolución de la Superintendencia de Servicios de Salud (SSS) Nro. 282/20, que establece que, además, las coberturas deberán emplear tele-consultas por cualquier medio de comunicación para evitar que los pacientes asistan y se expongan en los centros de salud durante el tiempo que dure la pandemia.

Ahora bien, nos preguntamos... *¿qué pasará cuando llegue el fin de la pandemia?* Si bien muchos estamos esperando ese gran día de esa vuelta a la normalidad, este sistema *¿dejaría de ser obligatorio y deberíamos volver al sistema de solo formato de papel de recetas?*, ya que como dijimos anteriormente este procedimiento rige solo en el tiempo que el Ministerio de Salud mantenga vigente la emergencia sanitaria por el COVID-19, lo cual sería perjudicial sobretodo para aquellas personas que en estos tiempos no deben hacer hasta mas de 100 Km., para atenderse y cuando, en muchos casos, la persona no puede dejar su trabajo o viajar.

Y es acá donde empiezan los problemas de mantener la vigencia de los empadronamientos y/o cumplimiento de

nuestras obligaciones como pacientes al momento que reclamamos nuestros derechos a la cobertura total de nuestros medicamentos e insumos.

Tenemos la buena noticia que el 21 de mayo pasado, la Cámara de Diputados aprobó el proyecto de Ley -que reforma las existentes- incorporando el formato digital de las recetas; es decir que con esta Ley continuaría este nuevo sistema de recetas siendo muy productivo para aquellos pacientes que están muy lejos de los médicos o que a veces el medico por temas de agenda deben suspender las consultas y ese paciente debe esperar muchos días y no tiene la receta y genera atrasos.

Al cierre de esta nota, el proyecto tiene media sanción en Diputados y debe pasar al Senado para que se convierta en Ley, pero teniendo en cuenta que el mismo fue aprobado prácticamente por unanimidad, se espera que el Senado adhiera a lo mismo.

Por último, y para cerrar esta nota, es importante tener en cuenta que las coberturas medicas no pueden negarse a cubrir la medicación y/o atenciones médicas online, argumentando el COVID-19, ya que las resoluciones son claras cuando determinan e instan a cumplir lo resuelto, brindando a la comunidad estas nuevas tecnologías mientras esperamos que la nueva Ley... llegue para quedarse.

Dr. Christian Hernán Gali Nigro
Abogado
C.P.A.C.F. – T 100 F 973
Director de Asuntos Legales FAD



MINIMED® 640G CON SISTEMA SMARTGUARD®

LA PRIMERA MICROINFUSORA DE INSULINA INTEGRADA CON MONITOREO CONTINUO DE GLUCOSA

ASOCIACIONES /

APOYAR... ¡CON TODO LO QUE ESO SIGNIFICA!



Apoyar nace en la ciudad de La Plata por iniciativa de un grupo heterogéneo de personas con Diabetes o vinculadas directamente con ella, con el fin de crear acciones que cubran las necesidades de niños, niñas, adolescentes y adultos con diabetes y su entorno familiar. Decidimos llamar a nuestra asociación **"Apoyar"** debido a que encontrábamos un denominador común en este vivir con diabetes: la soledad y el cansancio con que se atraviesa la enfermedad, no sólo para quien la padece sino también para su familia. Teniendo en cuenta el significado de la palabra, Apoyar es una acción que se utiliza para sostener algo que no se caiga; para ayudar a que una persona consiga algo o que una cosa se desarrolle o suceda, colaborando o influyendo en ciertos aspectos, o manifestando conformidad o acuerdo. Partiendo de esta etimología, decidimos llamarnos **"Asociación Apoyar"**.

Nuestra primera misión es brindar apoyo y contención a personas con diabetes y a sus familias. Luego buscamos difundir y concientizar a la población sobre la problemática como también educar para el autocuidado y la gestión de la enfermedad, tanto a personas con diabetes como a las que están en riesgo de desarrollarla. Para ello organizamos talleres y charlas educativas, tratando de abarcar todos los aspectos del tratamiento, como así también los componentes emocionales que trae aparejados.

Transitamos nuestros objetivos a través de la empatía y cercanía con nuestra población, como también lo hacemos con diferentes entidades relacionadas con la diabetes y sus referentes. Creemos que el trabajo coordinado y en conjunto de todos los actores involucrados nos llevara a lograrlos. En este transitar nos encontramos con la FAD, participamos de uno de los Congresos, que se realizan en Villa Giardino, y ese fue el

empujón que faltaba para encontrar mas personas con nuestro mismo deseo, allí nos asesoraron sobre qué pasos debíamos dar para tener nuestra propia asociación; apenas obtuvimos la personería jurídica nos hicimos Asociación Miembro de la Federación Argentina de Diabetes porque creemos que no se puede andar este camino en soledad, mientras más seamos más podemos ayudar, trabajar en red y de manera coordinada nos impulsa continuar con las actividades. Ser miembro de la Federación nos llena de orgullo.

En **"Apoyar"** trabajamos con un equipo maravilloso, conformado en su mayoría por madres de chicos y chicas con diabetes, personas con diabetes, médicos, nutricionistas, profesores de educación física, que suman sus conocimientos para dar un abordaje amplio a la temática. Contamos también con programas establecidos, que fueron planeados en base a las experiencias personales que nos demandaban un lugar fundamental en la sociedad. Estos son **"Hablemos de Diabetes en La Escuela"**, donde brindamos herramientas necesarias para que los docentes puedan sentirse tranquilos frente a esta temática; y **"Padrinos"** en el cual acompañamos a las familias en el debut, ya que creemos que es un momento fundamental para sentir el apoyo de personas que también han atravesado esa situación tan movilizadora (al menos a nosotros nos hubiera encantado saber que había mucha gente involucrada, con la cual podíamos contar).

Realmente nos sentimos orgullosos de todo lo que hemos conseguido en estos poquitos años que tenemos como asociación, ya que forjamos vínculos muy profundos con todas las personas involucradas con la diabetes, siendo éste nuestro mayor logro.

MEJOR CALIDAD DE VIDA

Menos inyecciones que con las MID y flexibilidad en la configuración de la administración de insulina.

TRATAMIENTO PERSONALIZADO

Calcula automáticamente y recomienda las dosis correctas de insulina para manejarla de una manera más práctica y precisa.

PROTECCIÓN AVANZADA

Ayuda a prevenir más del 80% de los episodios de hipoglucemia sin aumento significativo de la hiperglucemia.

Centro de Educación Medtronic Diabetes

Santos Dumont 3429 piso 5to CABA, Tel: 5277-2099

www.medtronicdiabeteslatino.com - www.facebook.com/MasCercaArgentina

© 2018 Medtronic. Medtronic, el logo de Medtronic y Otros, son, en conjunto, marcas registradas de Medtronic. Todas las demás marcas son marcas registradas de una compañía de Medtronic. Covidien es una compañía que forma parte del grupo Medtronic.

Medtronic

APOYAR





PROGRAMA DE PACIENTES JUNTOS POR LA DIABETES

Creado para acompañarte en las indicaciones que tu médico te ha dado, respecto al control y tratamiento de tu diabetes.

Tu médico es tu referente, asegurate de seguir sus indicaciones y visitarlo periódicamente.



0800-888-8342

Línea de atención gratuita.
Lunes a Viernes de 9 a 18 hs



Educación Personalizada

Programa de seguimiento personal por un equipo de educadoras licenciadas en Nutrición.

WWW.JUNTOSPORLADIABETES.COM.AR

Consulte a su médico y/o farmacéutico.
Mayor información disponible a petición. Sanofi-aventis Argentina S.A. Cuyo 3532
(1640) Martínez, Pcia. de Bs As, Argentina. Tel: (011) 4732-5000. www.sanofi.com.ar

SANOFI DIABETES



LA IMPORTANCIA DEL CUIDADO DE NUESTRA SALUD

Una mirada sintetizada de cómo y por qué debemos prestar atención a nuestra salud y especialmente en el adulto mayor.

El realizar una dieta saludable es fundamental para prevenir el riesgo cardiovascular, la diabetes, sobrepeso, obesidad y ciertos tipos de cáncer. Se ha demostrado que la dieta mediterránea es ideal que indica más pescado, verduras, frutas y aceite de oliva.

Los factores de riesgo cardiovascular, son: hipertensión arterial, diabetes, aumento de colesterol y triglicéridos, tabaquismo. Ante esto, es importante tener en cuenta la historia familiar de enfermedad coronaria y hacer los controles cardiológicos correspondientes.

Además como prevención se deben colocar la vacuna antigripal anual y la Vacunación secuencial contra neumococo conjugada: esquema secuencial de dos vacunas (vacuna conjugada 13 valente y polisacárida 23 valente).

Reglas de Oro para una alimentación equilibrada

- Tomar una gran variedad de alimentos, pero no en gran cantidad.
- Comer despacio y masticar bien.
- Mantener un peso estable es signo de equilibrio nutritivo.
- Evitar el exceso de grasas de origen animal.
- Comer suficientes alimentos que contengan hidratos de carbono complejos y fibra.
- Limitar el consumo de azúcares.
- Reducir o suprimir el consumo de sal (fiambres, snacks salados, quesos con sal)
- El agua es la bebida fisiológica por excelencia.
- Si se bebe alcohol, debe ser con mucha moderación.

ES IMPORTANTE TENER EN CUENTA LA HISTORIA FAMILIAR DE ENFERMEDAD CORONARIA Y HACER LOS CONTROLES CARDIOLÓGICOS CORRESPONDIENTES.

- Utilizar métodos de cocción que no requieran el uso de grasas: como plancha, vapor, microondas, papillote (cocción en papel de aluminio), hervido, parrilla.
- Evitar frituras y salteados
- La higiene en la preparación y elaboración de las comidas.

Ejemplo de alimentación diaria:

- 2 a 3 tazas de leche o yogur descremado
- 1 presa de pescado, pollo, o carne vacuna
- 1 plato de cereales
- 2 platos de verduras crudas o cocidas
- 2 a 3 frutas
- 1 a 2 panes pequeños
- Aceite de oliva para condimentar
- Sin azúcar
- 6 a 8 vasos de agua

Aconsejo leer las guías de alimentación para la población de Argentina. Aquí les dejo un ejemplo de ellas, que pueden encontrarlas fácilmente en internet.



A continuación, quiero compartirles una secuencia de consejos para Adultos Mayores, que surgen de Grupo de Nutrición del Adulto Mayor, dependiente de la Sociedad Argentina de Nutrición (SAN).



CONGRESO NACIONAL DE DIABETES



Ante los condicionamientos de dominio público, queremos contarles las novedades sobre lo que FAD viene preparando para este año “pandémico”.

Queridos Amigos:
Muchos de ustedes nos consultan acerca de nuestro “33° Congreso Nacional para Personas con Diabetes y Familiares”, ese punto de encuentro para el abrazo, la sonrisa, el hablar de la diabetes de todos y de cada uno.
En el contexto de COVID-19, y por decisión unánime de la Comisión Directiva de FAD, se lo ha decidido postergar para el año próximo.

Cancelar un evento de esta naturaleza, que tanto placer nos da desde la organización hasta el cierre, nunca es algo fácil y más todavía cuando estos Congresos de FAD son impronta en la sociedad.

Pensando en todos (ustedes y nosotros) como el norte de

nuestro voluntariado, estamos convencidos que tendremos en este año, con modalidad virtual, un evento que nos convoque a todos y en el que vamos a poder decir desde los distintos puntos del país: ¡¡¡PRESENTE!!!

¡FAD seguirá siendo un punto de encuentro, sin lugar a dudas!

Síguennos por las redes, mes a mes vamos a ir subiendo más información.

Ahora sí, va un abrazo virtual como adelanto de los muchos que nos esperan...

Prof. Judit Laufer
Presidente FAD.





VOLVER A EMPEZAR, QUE AÚN NO TERMINA EL JUEGO...

La Red Juvenil FAD se fortalece y presenta en sociedad a sus miembros y los fundamentos para imponerse en las discusiones centrales sobre diabetes en los más jóvenes.

Muchos pudieron encontrarle el lado bueno a la cuarentena, dijeron que fue un buen tiempo para la introspección, para renovar aquellos espacios vacíos, para volver a hacer aquello que abandonaron por "falta de tiempo". Parece que a la Red Juvenil le pasó algo similar...

¡Hola... Somos la nueva Red Juvenil! Quedamos pocos de los que estábamos, pero nos quedamos con muchas, muchas ganas de trabajar. Nos reconstruimos, nos organizamos, definimos roles y equipos de trabajo y pusimos manos a la obra.

Somos jóvenes pertenecientes a asociaciones de diferentes provincias, conectados y trabajando para enlazar a todos los jóvenes con diabetes del país, para lograr así mayor contención y apoyo. Creando una comunidad unida, empática, resiliente, y solidaria, dispuesta a colaborar en las necesidades de los demás y generar conciencia en toda la sociedad.

¿Qué hacemos?

1. Unimos fuerzas estando conectados constantemente para alcanzar objetivos cotidianos.
2. Exponemos temas/ideas para mejorar la educación diabetológica de toda la sociedad.
3. Creamos un espacio de confianza donde ninguno se siente solo o diferente.
4. Compartimos experiencias motivadoras para mejorar la calidad de vida de cada joven con diabetes.
5. Somos una compañía y una guía para los recién diagnosticados en su proceso de adaptación.
6. Resolvemos problemas cotidianos en conjunto, debatiendo posibles soluciones.

CREANDO UNA COMUNIDAD UNIDA, EMPÁTICA, RESILIENTE, Y SOLIDARIA, DISPUESTA A COLABORAR EN LAS NECESIDADES DE LOS DEMÁS Y GENERAR CONCIENCIA EN TODA LA SOCIEDAD.

7. Enfrentamos esto con una gran sonrisa, nos reímos de situaciones que todos vivimos en algún momento.
8. Compartimos planes, ideas, proyectos de las distintas agrupaciones y/o asociaciones del país.
9. Colaboramos con aquellos jóvenes que están emprendiendo y tengan como foco mejorar la calidad de vida.
10. Logramos la difusión de actividades que tengan al joven como protagonista.
11. Realizamos charlas, capacitaciones, encuentros de la mano de profesionales de FAD
12. Mejoramos la perspectiva de la población sobre esta patología, para ser entendidos, ayudados y no juzgados.

Demostramos que la diabetes no es un impedimento para alcanzar todo lo que nos proponemos. Y que el camino es más ameno cuando se atraviesa acompañado.

Por eso te invitamos a seguirnos en nuestras redes sociales ([Instagram.com/redjuvenilfad/](https://www.instagram.com/redjuvenilfad/) [Facebook.com/RedJuvenilFAD/](https://www.facebook.com/RedJuvenilFAD/)), compartir experiencias y seguir fortaleciendo esta red que no la detiene ni el aislamiento!!



Desde 1923 **mejorando** la calidad de vida de los pacientes.



Brindamos una amplia gama de terapias y constante apoyo a medida que las necesidades cambian.

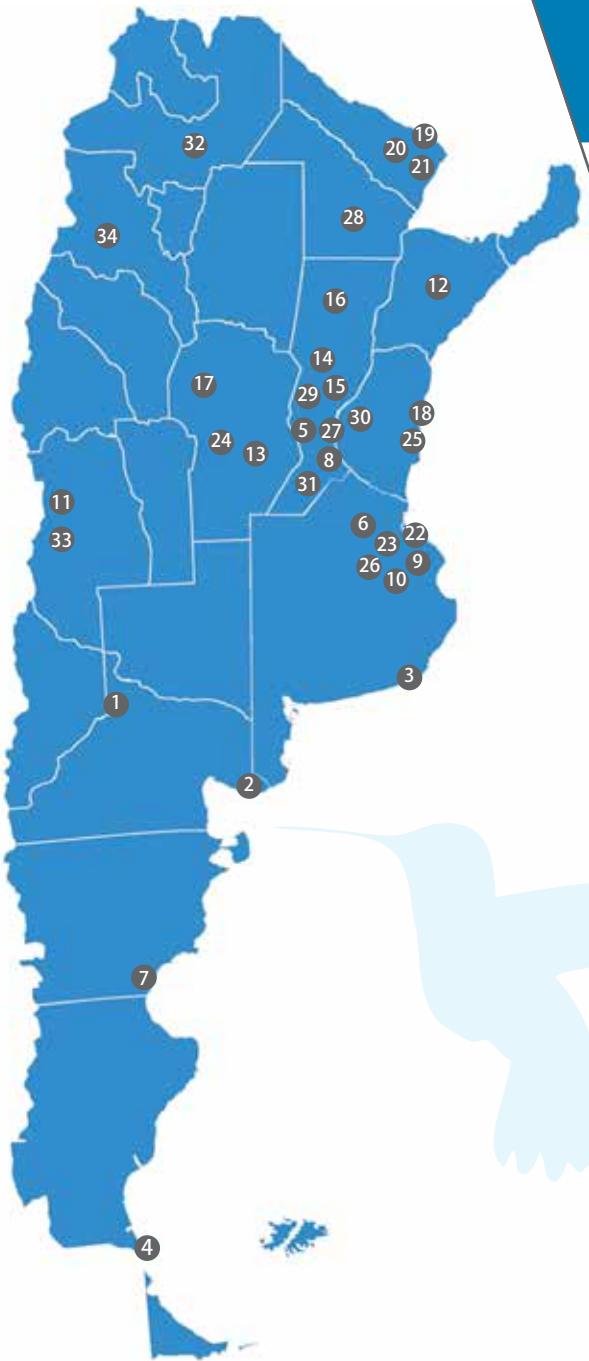
Lilly | DIABETES

PP-BY-AR-0163
19-JUL-2019

MAPA DE LAS ASOCIACIONES

REFERENCIAS

1. ARODIA, General Roca (Río Negro)
2. AVIADI, Viedma (Río Negro)
3. NIÑOS Y JÓVENES C/DM, Mar del Plata (Buenos Aires)
4. ASPEDI, Río Gallegos (Santa Cruz)
5. AADIS, Sunchales (Santa Fe)
6. ADILU, Luján (Buenos Aires)
7. ACADIA, Comodoro Rivadavia (Chubut)
8. FRADI (Rosario)
9. DIEVI, CABA
10. ADD, Buenos Aires
11. AMADI, Mendoza
12. ADIV-CORR (Gobernador Virasoro - Corrientes)
13. ASADD, Villa María (Córdoba)
14. ADDC, Rafaela (Santa Fe)
15. ASDI, Santa Fe
16. ASADI, Sunchales (Santa Fe)
17. FUNGAD, Villa Carlos Paz (Córdoba)
18. ACAD, Concordia (Entre Ríos)
19. ACAD, Clorinda (Formosa)
20. ADIFOR, Formosa
21. GADIF, Formosa
22. APOYAR, La Plata (Buenos Aires)
23. ADILHE (Las Heras - Buenos Aires)
24. ADU, San Francisco (Córdoba)
25. CADISS, San Salvador (Entre Ríos)
26. AMADU, Monte Grande (Buenos Aires)
27. ACARDI, Carcarañá (Santa Fe)
28. ACHASODIA, (Chaco)
29. ADET, El Trébol (Santa Fe)
30. LEADI, Paraná (Entre Ríos)
31. ADIC, Asociación de Diabéticos Casilda (Santa Fe)
32. PANDIS, Salta
33. ANADIM, Mendoza
34. A.D.A., ANDALGALÁ, Catamarca



DIAGNÓSTICOS MÁS PRECISOS Y CONFIABLES

iPro 2 CGM Profesional

Estudio médico retrospectivo que **mide de forma continua la glucosa**, identifica variabilidad glucémica y permite definir patrones.

Permite **ajustar el tratamiento** de manera individualizada ayudando a un **mejor control**.

Provee de forma **clara y ordenada** en difentes reportes toda la información recolectada.

Centro de Educación Medtronic Diabetes
Santos Dumont 3429 piso 5to CABA, Tel: 5277-2099
www.medtronicdiabeteslatino.com - www.facebook.com/MasCercaArgentina

© 2018 Medtronic. Medtronic, el logo de Medtronic y Otros, son, en conjunto, marcas registradas de Medtronic. Todas las demás marcas son marcas registradas de una compañía de Medtronic. Covidien es una compañía que forma parte del grupo Medtronic.

Medtronic

QUIÉNES SOMOS

NUESTRA VOZ es una publicación de la Federación Argentina de Diabetes (FAD), sin fines de lucro y de distribución gratuita para socios y adherentes a la FAD. Los editores no se responsabilizan por el contenido de las notas firmadas ni por las opiniones vertidas en las entrevistas. El contenido de las publicidades es exclusiva responsabilidad de los anunciantes. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización de la fuente.

Directora
Judit Laufer

Jefe de Redacción
Ezequiel Giardelli

Agradecimientos
Dra. Zulema Stolarza
Dr. Christian Hernán Gali Nigro
Prof. Carlos Oscar Lopez
Lic. Maria Belén Avila
Red Juvenil FAD
Asociación Apoyar

Sugerencias/Comentarios
prensa@fad.org.ar

Diseño y diagramación

imago dg



Nosotros corremos con diabetes
Equipo Profesional de Ciclismo

team
novo
nordisk

Nosotros somos Team Novo Nordisk

La misión del Equipo es **inspirar**, **educar** y **empoderar**
a todas las personas afectadas por la diabetes.

