

Estamos aquí para ayudarle a vivir bien con diabetes.

Aprenda de los expertos cómo puede manejar su enfermedad.

A usted le han diagnosticado diabetes recientemente, pero usted no está solo. De hecho, hay aproximadamente un millón de personas en Ontario que viven con diabetes, y se espera que este número aumente.

A pesar de que puede haberse sorprendido al haber recibido la noticia de tener diabetes, tal vez le dé cierto consuelo saber que el manejar usted mismo la diabetes puede ayudarle a tener una vida plena y saludable. El Programa educativo para la diabetes (DEP por sus siglas en inglés) puede ayudarle.

Los programas educativos para la diabetes (DEP) incluyen por lo general un enfermero y un dietista – y pueden también incluir un asistente social, un psicólogo clínico, un especialista en el cuidado de los pies, un farmacéutico y/o un fisioterapeuta, según lo necesite.

Ellos trabajarán juntos y lo apoyarán con la diabetes, guiándolo con respecto a cómo comer saludablemente, el manejo del peso, el ejercicio, el control de la glucemia y una motivación continua para hacerle frente a la enfermedad y luchar contra ella.

Cada año en Ontario se le diagnostica diabetes a más de 80.000 personas como usted.

El manejo de la enfermedad es crucial para su salud y su bienestar.

Los Programas educativos para la diabetes (DEP por sus siglas en inglés) pueden ayudarle.

Estos profesionales crearán un plan especial de manejo para usted, para ayudarle a entender cómo aliviar los síntomas de la diabetes y prevenir o tratar las complicaciones. Al asistir a un programa de Educación

acerca de la diabetes y seguir la orientación provista, podrá controlar mejor la enfermedad y disfrutar de una mejor calidad de vida.

Para encontrar un Programa educativo para la diabetes en su comunidad, use el directorio de búsqueda en línea, en ontario.ca/diabetes

Sírvase tener en cuenta que algunos Programas educativos para la diabetes pueden requerir que lo derive su proveedor principal de cuidados para la salud.

Recuerde que un buen cuidado requiere de visitas periódicas a un proveedor principal de cuidados que le ayude a controlar la enfermedad y le apoye en forma continua.

Si usted no tiene en el presente un proveedor principal de cuidados para la salud, el servicio Health Care Connect (Conexión para el cuidado de la salud) puede ayudarle. Para inscribirse, llame al 1-800-445-1822 o visite ontario.ca/healthcareconnect

Los Programas educativos para la diabetes son parte de Ontario Diabetes Strategy (Estrategia de Ontario para la diabetes), que fue emitido por el Gobierno de Ontario en noviembre de 2009. El objetivo de la estrategia es ayudar a las personas que viven con diabetes y satisfacer las necesidades de aquéllos que tienen un alto riesgo de contraerla.

Para aprender más acerca de la estrategia, visite ontario.ca/diabetes

Stand up to Diabetes

