

## Servicios de Educación de Diabetes

Desde su creación en 1974, los Servicios de Educación de Diabetes en Eisenhower Health ha proporcionado clases educativas, conferencias y clases particulares para los residentes del Valle de Coachella. En el año 1988, el programa fue el primero en el valle en lograr reconocimiento por la American Diabetes Association®. Los educadores del Servicios de Diabetes han completado los requisitos para la certificación de la junta en Educación de Diabetes y cada uno ha logrado la designación de Educador Certificado de Diabetes (CDE).



### Serie de Diálogo de Educación en Grupo de Diabetes

Las clases de educación en grupo para individuos con diabetes y sus personas de apoyo se ofrecen con frecuencia a lo largo del año. Esta serie se enseña por las enfermeras especializadas en educación y por los especialistas de educación en nutrición. Para información o para registrarse, llame al 760-773-1403 o visite [eisenhowerhealth.org/calendar](http://eisenhowerhealth.org/calendar).

Temas:

- Descripción general de la diabetes
- El establecimiento de objetivos
- El estrés y cómo lidiar con la diabetes

- La nutrición
- El ejercicio
- Los medicamentos, orales e inyectables
- La glucosa en la sangre:
  - 1) el seguimiento y el uso de los resultados, incluyendo el uso de los medidores;
  - 2) cómo mejorar el control de la glucosa; y
  - 3) en su relación con la nutrición, el ejercicio y los medicamentos
- El monitoreo continuo de la glucosa (CGM)
- La terapia con bomba de insulina
- El cuidado de pies, piel y dientes
- Las complicaciones agudas y crónicas
- La participación de la familia y el apoyo social
- El uso de los sistemas de atención médica y de los recursos comunitarios

### Instrucción Individual

Para aquellos que cumplen con los requisitos de seguros, asesoría en nutrición, auto monitoreo de la glucosa en la sangre, las técnicas de inyección de insulina, las bombas de insulina y todos los temas relacionados con la diabetes están disponibles para individuos y miembros de la familia sobre una base de uno-a-uno.

### Proporcionando Instrucción Individual y De Grupo, Educación Comunitaria y Apoyo

Desde su creación en 1974, los Servicios de Educación de Diabetes en Eisenhower Health ha proporcionado clases educativas, conferencias y clases particulares para los residentes del Valle de Coachella. En el año 1988, el programa fue el primero en el valle en lograr reconocimiento por la American Diabetes Association®. Los educadores del Servicios de Diabetes han completado los requisitos para la certificación de la junta en Educación de Diabetes y cada uno ha logrado la designación de Educador Certificado de Diabetes (CDE).

Si tiene preguntas acerca de nuestros servicios, por favor llame al número abajo o visite nuestra página de internet.

### Servicios de Terapia de Nutrición Médica

Terapia de evaluación nutricional individualizada en profundidad y consejos para las personas con Diabetes es proporcionada por un Dietista Registrado o Educador de diabetes. Se requiere una referencia para ir al médico. Llamar para más detalles.

### Gratis Alcance Comunitario

#### Educación de Pre-diabetes y Diabetes

Se ofrecen clases gratuitas de educación todo el año por educadores de los Servicios de Diabetes. La mayoría de las clases se llevan a cabo en la oficina de los Servicios de Educación de Diabetes. Para información o para registrarse a nuestras clases y grupos de apoyo, llame al 760-773-1403 o visite [eisenhowerhealth.org/calendar](http://eisenhowerhealth.org/calendar).

El personal del programa participa con frecuencia en ferias comunitarias de salud para ofrecer información y educación gratuita.

### Club de Diabetes del Desierto

Servicios de Educación de Diabetes patrocina al Club de Diabetes del Desierto. Llame al 760-773-1578 para información de membresía y programa de eventos.

### Programa de Prevención de Diabetes

Este programa es reconocido por el Centro de Control y Prevención de Enfermedades. El programa está diseñado para las personas con *prediabetes*.

Requisitos para ser elegible:

- Comprometerse por 12 meses
- Tener por lo menos 18 años cumplidos
- Tener un IMC  $\geq 25$  o mayor ( $\geq 23$  para personas Asiáticas)
- No tener diagnóstico anterior de diabetes tipo 1 o tipo 2
- Tener resultado de prueba de sangre en el rango de prediabetes en el último año:
  - Hemoglobina A1c entre 5.7-6.4%
  - Glucosa plasmática en ayunas entre 100-125 mg/dl
  - Dos horas de glucosa en plasma de 140-199 mg/dl
- O un historial de diabetes de gestación
- Necesidad de perder al menos 5 a 7% del peso inicial

### Acceso y Pago

Se requieren referencias médicas para todos los servicios, excepto los grupos de apoyo y eventos comunitarios. Si tiene alguna pregunta con respecto a la cobertura, póngase en contacto con su proveedor de seguro.



\*La Asociación Americana de la Diabetes reconoce que este Programa de Educación cumplió con los Estándares Nacionales de Educación y Apoyo para el cuidado personal de la diabetes.