

FAdiCAN

Federación de Asociaciones de Diabetes de Canarias

MEMORIA DEL PROYECTO:

ATENCIÓN A LA DIABETES Y PREVENCIÓN DE SUS COMPLICACIONES EN CANARIAS AÑO 2023



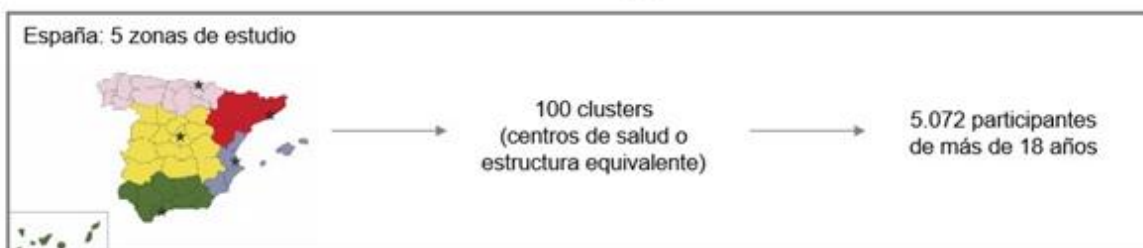
1. INTRODUCCIÓN

1.1. DIABETES: CIFRAS GENERALES EN EL MUNDO Y EN ESPAÑA.

Según la federación internacional de diabetes, en la novena edición de su atlas de la diabetes, unos 463 millones de personas padecen diabetes en el mundo (1 de cada 11 adultos) vivían con diabetes en el 2019, pero se estima que en el año 2030 la cifra aumente a 578 millones de personas. Sin embargo, de esos 415 millones se estima que casi la mitad, unos 232 millones, desconoce que la padece; la mayoría diabetes tipo 2. Los efectos devastadores de la diabetes en el mundo se traducen en casi 5 millones de muertes causadas por esta enfermedad cada año (cada 6 segundos muere una persona por diabetes) y las complicaciones que trae consigo suponen que hasta el 10% del gasto mundial en salud se destina a la diabetes. La OMS y las Naciones Unidas han proclamado la diabetes como una de las principales prioridades sanitarias a las que hay que hacer frente.

En España, más de 5 millones de personas padecen diabetes tipo 2 (13,8 % de la población), de los cuales cerca de la mitad lo desconoce (CIBERDEM estudio di@bet.es. 2010). En cuanto a diabetes tipo 1, cada año aparecen alrededor de 1100 nuevos casos de este tipo de diabetes, la mayoría a edades muy tempranas DAWN.

Estudio di@bet.es



Cerca del 30% de la población estudiada presenta trastornos del metabolismo de los carbohidratos:

	Prevalencia	IC 95%
Diabetes Mellitus (DM) total	13,8%	12,8-14,7%
DM conocida	7,8%	6,97- 8,59%
DM desconocida	6%	5,4-6,7%
Glucemia basal alterada (IFG)	3,4%	2,9-4%
Tolerancia anormal de glucosa (IGT)	9,2%	8,2-10,2%
IFG + IGT	2,2%	1,7-2,7%

Datos ajustados por edad, sexo y zona de muestreo

Fuente: Prevalence of diabetes mellitus and impaired glucose regulation in Spain: the Di@bet.es Study, *Diabetologia* (2011)
 Estudio financiado por el CIBER de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas-CIBERDEM (ISCIII, Ministerio de Ciencia e Innovación, España) y la Sociedad Española de Diabetes-SED. Más información en www.ciberdem.org/estudiodiabetes

La diabetes y el programa de acción sanitaria mundial

Se sabe que la diabetes es una causa importante de muerte prematura y discapacidad y una de las cuatro enfermedades no transmisibles (ENT) de importancia prioritaria cuya carga los líderes mundiales se proponen aliviar, según la Declaración Política de las Naciones Unidas sobre la Prevención y el Control de las Enfermedades No Transmisibles. En la declaración se pone de manifiesto que la incidencia y las repercusiones de la diabetes y otras ENT pueden prevenirse o reducirse en gran medida mediante una estrategia a base de intervenciones poblacionales y multisectoriales respaldadas por pruebas científicas y a la vez asequibles y costoeficaces. Para catalizar la toma de medidas a nivel nacional, en 2013 la Asamblea Mundial de la Salud adoptó un marco mundial de vigilancia integral con nueve metas generales de cumplimiento voluntario que deberán lograrse para el año 2025:



1.2.- DIMENSIÓN DEL PROBLEMA DE LA DIABETES E IMPACTO EN CANARIAS.

En Canarias, existen varios estudios sobre prevalencia de la diabetes. Por un lado, el estudio nacional Diabet.es (CIBERDEM año 2011) determina que el 15,6 % de los canarios mayores de edad padecen diabetes, de los que un 6,8 % lo desconoce. El estudio CDC Canarias lo sitúa en un 13%.

En Canarias, en el periodo 2011 -2015 la Diabetes Mellitus es la primera causa de muerte en las mujeres y la tercera en los hombres, representando el 5% del total de defunciones (en España es del 3%). La tendencia es decreciente en los menores de 70 años, siendo las mujeres y las personas de edades más avanzadas las que más contribuyen a ese descenso. La mortalidad evitable por asistencia sanitaria sigue también una tendencia decreciente. Comparativamente con 13 CCAA (Estudio DARIOS) en Canarias mueren por diabetes hasta siete veces más que por ejemplo Madrid. Una tasa de mortalidad de casi el 38% de fallecidos.

La prevalencia declarada de la diabetes en Canarias en la población de 15 y más años, es la más alta de España, habiendo mantenido una tendencia creciente en los últimos años. En el año 2017, asciende casi al 11%, 3,19 puntos porcentuales superior a la media española.

En cuanto a la DM1, en el año 2018, el número de personas con DM1 registradas en el SCS era de 13947 personas, lo que supone una prevalencia del 0,66% de la población. El número de nuevos casos en 2018 ascendió a 524, manteniéndose estable con relación al año anterior. El análisis de la evolución del número de afectados refleja una tendencia creciente en los últimos años, con un crecimiento del 31,6% en 7 años.

En Canarias, en el año 2018, la población afectada por DM2 ascendía a 168095 personas, lo que representa una prevalencia del 7,90%. Atendiendo al número de personas que padecen esta enfermedad por tramos etarios, se constata que es a partir de los 35/40 años cuando de forma mayoritaria empieza a diagnosticarse la enfermedad, siendo en los tramos de edad intermedios y avanzada donde existe mayor prevalencia. La DM2 se ha incrementado de forma progresiva, teniendo un crecimiento en los últimos 7 años del 17,09%.

Además de la enfermedad propiamente dicha, existen ciertas complicaciones crónicas derivadas de la diabetes como son:

- Retinopatía diabética (15% del total de personas con diabetes). Según la ONCE, la mitad de sus afiliados en Canarias tienen problemas visuales significativos a causa de la diabetes.
- Cardiopatía Isquémica y Arteriopatía; el 16% del total de personas con DM. Según el estudio CDC Canarias, la diabetes es la primera causa de cardiopatías isquémicas.
- Neuropatía diabética; 45% del total de personas con DM (casi la mitad).
- Diálisis; El 51 % de las personas dializadas en Canarias lo están por DM como causa principal.¹
- Amputaciones no traumáticas; Primera causa de amputaciones.²
- Trasplantados por IRC: 32% del total lo son por DM.

Se trata de una enfermedad bastante costosa, tanto para las familias como para la sanidad pública. Los costes por diabetes son:

- Coste Hospitalario: 34%
- Coste de las complicaciones crónicas derivadas del mal control de la enfermedad, 38% frente a un 16% a nivel nacional.
- Coste de una hipoglucemia de media en España 3.554€ por episodio.
- Coste directo de la diabetes en España es del 8,2% del presupuesto estimando la prevalencia de población diagnosticada; si tenemos en cuenta la diabetes no diagnosticada subiría al 12,5%.

2. FADiCAN

La Federación de Asociaciones de Diabetes de Canarias (FADiCAN) se fundó el 17 de octubre de 2008 en Las Palmas de Gran Canaria, aunque queda registrada en el Registro de Asociaciones de Canarias con fecha 30 de mayo de 2009. Las entidades fundadoras son las Asociaciones de Diabetes de Lanzarote, Gran Canaria y Tenerife (ADILA, ADIGRAN y ADT), incorporándose en el año 2016 la Asociación Majorera de Diabetes (AMADI) de la isla de Fuerteventura. El pasado año 2023 solicitó la entrada en la federación la Asociación para la diabetes Isla Bonita de La Palma, haciéndose efectiva su incorporación en la Asamblea General celebrada el 07 de febrero de 2024.

¹ El coste por tratamiento de la enfermedad renal se estima en 50.000 USD anuales (Internacional Diabetes Federation)

² Se calcula que los costes directos e una amputación asociada al pie diabético van de los 30.000 USD a los 60.000 USD – (Internacional Diabetes Federation)

2.1. JUNTA DIRECTIVA

La actual Junta directiva, ratificada en la última Asamblea General de fecha 07 de Febrero de 2024, está compuesta por las siguientes personas:

Presidente; Julián Antonio González Hernández (ADT)

Vicepresidenta: Lydia Blanco Quintana (ADIGRAN)

Secretario: Francisco Javier Darías Yanes (ADT)

Tesorera: Ada Isabela Calero Llanes (AMADI)

Vocal 1º: Almudena Lucía Lasso Martínez(ADIGRAN)

Vocal 2ª: Juana Delia Francés Ramírez (AMADI)

Vocal 3º: Jose Luis San Fiel López (ADIB)

Vocal 4º: Nieves Belén Hernández Rodríguez (ADIB)

2.2. FINES ESTATUTARIOS

Los fines estatutarios de FAdiCAN son los siguientes:

Representar

- A las asociaciones miembro de esta Federación ante toda clase de organismos de la Administración Pública y ante otras organizaciones de carácter privado, tanto de ámbito Regional como Nacional.

Promover y desarrollar

- Acciones para mejorar y homogenizar la información, la educación diabetológica y la calidad asistencial de las personas con diabetes de Canarias.

Impulsar y desarrollar

- Acciones para superar las limitaciones que las personas con diabetes encuentran en el entorno familiar, laboral y social.

Potenciar

- El asesoramiento psicosocial como parte del tratamiento integral de las personas con diabetes y de sus familiares.

Instar

- A que las Administraciones Públicas de Canarias faciliten, a las personas con diabetes que lo requieran, los últimos avances en el tratamiento de la diabetes.

Promover y desarrollar

- Acciones para que las Administraciones Públicas de Canarias, faciliten los recursos necesarios para una adecuada integración de los menores con diabetes en todos los centros escolares.

Impulsar y potenciar

- La investigación científica sobre todos los aspectos de la Diabetes.

Fomentar y homogeneizar

- Las actividades y servicios que prestan las Asociaciones miembro de esta Federación.

Fomentar

El asociacionismo en Canarias y la creación de asociaciones de personas con diabetes en aquellas Islas donde carezcan de las mismas.

3. PROYECTO

3.1. DENOMINACIÓN, ÁMBITO DE ACTUACIÓN, Y PERÍODO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO

El presente proyecto, denominado *“Atención a la Diabetes y prevención de sus complicaciones en Canarias”*, se ha ejecutado en la Comunidad Autónoma de Canarias. En las islas donde no hay entidad operativa, el resto de entidades ha cubierto la atención, mayoritariamente de forma online, aunque también se han hecho intervenciones presenciales.

El período de ejecución fue del 01 de enero a 31 de diciembre de 2023.

3.2. INTERÉS GENERAL Y SOCIAL DEL PROYECTO

El proyecto es de interés público y social por la gran prevalencia y las repercusiones bio-psico-sociales que tiene la diabetes. Aún, a día de hoy, descubrimos los mitos y falsas creencias que rodean a la diabetes. Esta identidad negativa perjudica la aceptación de la enfermedad a la persona afectada, así como la percepción social de dicha patología. Observamos prejuicios, desinformación y discriminación en todos los ámbitos significativos, escolar, laboral... Sólo aportando formación precisa, científica, contrastada y de calidad y dotando de herramientas personales a este colectivo, podremos ir superando las dificultades psicosociales con las que se encuentra la persona con diabetes.

Más del 50% de las personas con diabetes tipo 1 (DM1) sufre problemas de ansiedad o depresión, y a cerca del 60% les cuesta seguir las recomendaciones terapéuticas e involucrarse en su autocuidado. Estas son algunas de las conclusiones del estudio ViDa1, desarrollado por la doctora en psicología Dácil Alvarado, miembro del grupo de investigación de Diabetes y Endocrinología Aplicada en el Instituto de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. *“La diabetes es una enfermedad crónica, con unas recomendaciones terapéuticas complejas que requieren una alta implicación del paciente. Esta intensidad del autocuidado puede afectar a su día a día. El estado emocional parece ser una barrera en el autocuidado de los pacientes con diabetes. Vivir con esta enfermedad puede ser estresante, tienen que estar continuamente tomando decisiones por su patología, y eso es un estrés añadido que pasa factura”*

Se hace necesario, por tanto, hacer una atención integral al paciente con diabetes, teniendo en cuenta tanto los aspectos psicológicos, sociales, físicos, nutricionales, motivacionales, etc para conseguir una buena adherencia al tratamiento, mejor autogestión y control de la enfermedad, evitando su evolución a complicaciones tanto agudas como crónicas derivadas del mal control de la misma. En definitiva, consiguiendo una mejora en su calidad de vida, y evitando precisamente lo que más coste genera a la sanidad que son las complicaciones de la diabetes, complicaciones graves e invalidantes en muchos casos.

Además, la diabetes es una enfermedad que genera un coste importante tanto a las familias como al sistema sanitario además del gran sufrimiento humano. Debemos facilitar que las personas con menos rentas accedan a una buena educación en diabetes y una buena autogestión de su enfermedad para evitar la exclusión social.

3.3. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

3.3.1. OBJETIVOS GENERALES

1. Mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes (tipo 1 y tipo 2), familiares y personas de su entorno en especial en situación de vulnerabilidad.
2. Sensibilizar a la población en general, especialmente en situación de vulnerabilidad, sobre la diabetes tipo 2 y sus complicaciones con el fin de prevenir su desarrollo.

3.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Para el Objetivo General 1.
 1. Dotar de los conocimientos y herramientas necesarias a nivel social, psicológico, sanitario y nutricional, adaptadas y personalizadas.
 2. Ofrecer información y recursos a los/las profesionales sociosanitarios, que ayuden a mejorar la atención psicosocial a la diabetes.

3. Favorecer el proceso de adaptación en el momento del debut tanto al paciente como su entorno familiar, escolar, laboral y social.
 4. Fomentar una adecuada información en diabetes a través de material informativo, a través de nuestras webs y RRSS.
- Para el Objetivo General 2.
1. Facilitar información sobre la diabetes, sus factores de riesgo, síntomas, tratamiento y prevención.
 2. Difundir información clara y accesible a través de nuestras páginas webs y RRSS.

3.4. PERSONAS BENEFICIARIAS DEL PROYECTO

3.4.1. PERSONAS BENEFICIARIAS DIRECTAS

Las personas beneficiarias directas fueron personas con diagnóstico de diabetes, prediabetes o en riesgo de desarrollarla y familiares, con especial atención a personas en riesgo de exclusión social. Personal docente y no docente de centros escolares. Profesionales de entidades sociales y sanitarias. Población en general.

3.4.2. PERSONAS BENEFICIARIAS INDIRECTAS

Hacemos referencia a todas aquellas personas que se encuentran en el entorno del paciente con diabetes o en riesgo de padecerla, y que se han beneficiado de los conocimientos, habilidades y hábitos de vida aprendidos durante el proceso de ejecución del proyecto. Nos referimos entonces a familia extensa, compañeros del ámbito educativo o laboral del paciente, entorno social.

3.5. ACTUACIONES (Ver Anexo Dossier Fotográfico)

3.5.1. PRIMERA ACOGIDA: INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y VALORACIÓN

Hace referencia al espacio de encuentro profesional en el que se acoge desde la escucha a la persona, se valora, se informa, se orienta, se asesora, se apoya, se deriva, y se facilita el seguimiento, si es el caso.

Esta actividad es la puerta de entrada al proyecto. Una persona que se acerca por primera vez a la entidad realiza una primera acogida. En este momento, la persona si acaba de ser diagnosticada, o son padres de un menor que acaba de serlo, se presentan muchas dudas, preguntas, angustias y temores. Así que, en ese momento, se trata de tranquilizarlos, resolverles esas primeras dudas e informarles sobre este proyecto y las diferentes actividades que tienen a su disposición.

Esta primera acogida se llevó a cabo tanto por la coordinadora como por la trabajadora social y el tiempo dedicado a cada caso es aproximadamente una hora como media.

En este momento recogemos los datos de la persona, o en el caso de ser menor, de éste junto con la madre y/o padre o tutor/a. En el caso de ser menor, al principio la intervención es grupal.

En algunas ocasiones esta primera acogida se realizó por teléfono con personas que requerían una asistencia inmediata por estar nerviosas, perdidas y con necesidad de ser escuchadas, demandando una primera orientación de cómo ir gestionando el día a día de la enfermedad. Después ya se les ha atendido de manera presencial o telemática, pues en esta primera acogida, damos mucho valor a la atención presencial.

3.5.2. ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA

Hace referencia a la atención individual de los usuarios/as por parte de los distintos profesionales, abordando los distintos aspectos del tratamiento integral de la diabetes: nutricional, psicológico, social y sanitario.

1. ATENCIÓN SOCIAL

Esta atención, realizada por la trabajadora social, consistió en informar principalmente sobre:

- Información y orientación sobre la Prestación por el cuidado de menor con enfermedad grave (CUME).
- Información sobre el funcionamiento del sistema sanitario, problemáticas que puedan surgir durante el tratamiento ayudando a cómo solucionarlas.
- Orientación sobre nuevos avances en el tratamiento existentes y su acceso.

- Información y derivación a los recursos adecuados sobre otras ayudas económicas o materiales (necesidades básicas).
- Orientación y asesoramiento en cuanto a la discriminación laboral.
- Derivación a los distintos servicios de la entidad: psicólogo, nutricionista, enfermeras educadoras en diabetes, etc

En aquellos casos necesarios, se ha realizado un seguimiento de la persona y la consulta realizada, y en algunos de ellos se ha requerido una coordinación con los siguientes recursos:

- Trabajadores sociales de centros de salud.
- Servicios sociales municipales.
- Otras entidades no lucrativas.
- Centros educativos.

De media, la trabajadora social ha dedicado una hora a cada persona o familia.

2. ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Cuando diagnostican a una persona con diabetes, en muchos casos, supone un shock. Esto hace que sea fundamental la intervención del profesional de psicología para que pueda salir adelante, retomando sus rutinas, adaptadas eso sí a la nueva situación.

En un principio, puede que las personas tengan prejuicios sobre la enfermedad, estereotipos que pueden dificultar asumir su nueva realidad. Hay muchos mitos y mucha falta de información real y actualizada sobre la diabetes que hacen mucho daño a la hora de asumir el diagnóstico y de gestionar correctamente la enfermedad.

Las atenciones se llevaron a cabo tanto de manera individual como grupal con el entorno familiar. Al principio, es muy importante hacer una primera sesión familiar ya que los cambios de hábitos afectan a la familia y después, según las necesidades se ha continuado, en algunos casos de manera individual, en otros de manera grupal y, en otros, se han ido alternando.

Cada sesión ha sido de una hora aproximadamente con una media de 5 sesiones con cada persona/familia.

Además del momento del diagnóstico o debut, hay muchas otras situaciones que han requerido de ayuda psicológica. Hay que tener en cuenta que la diabetes es una enfermedad crónica que implica estar tomando constantes decisiones en tu día a día, pues todo afecta al control de la enfermedad (lo que comemos, el ejercicio que hacemos, otras enfermedades intercurrentes como procesos gripales, etc.... y los aspectos emocionales) y esto puede conllevar un desgaste psicológico importante. Al igual, que las etapas de "agotamiento" o abandono del autocontrol aún con el temor a las futuras complicaciones, o el asumir las mismas llegado el momento, son situaciones que han demandado de un apoyo psicológico para afrontar la nueva situación.

En este caso, las sesiones han sido también de una hora aproximadamente y de media se han realizado unas 6 sesiones con cada persona o familia.

Se atendieron a través de este proyecto a los casos directamente derivados por profesionales del Servicio Canario de Salud.

- La psicóloga de la ADT atendió casos relacionados con:
 - Adaptación al diagnóstico
 - Síndrome de Burnout o desgaste psicológico asociado a la diabetes de familiares y de personas con diabetes
 - Fobia a hipoglucemias
 - Fobia a las agujas
 - Afrontamiento psicológico de complicaciones o de la percepción de riesgo de tenerlas en un futuro
 - Asesoramiento a familiares sobre gestión de situaciones potencialmente estresantes (colocación de sensor, de catéter, resolución de hipoglucemias...)
 - Gestión de distrés específico de la diabetes
 - Depresión asociada a la diabetes
 - Control de la conducta alimentaria
 - Promoción de conductas saludables

- Desde ADIGRAN, en las sesiones de psicología se abordaron temas como:
 - Aceptación del diagnóstico de diabetes (tipo 1 y tipo 2), tanto en padres de menores de reciente debut como adolescentes, adultos y mayores.
 - Gestión de las emociones (miedo, ansiedad, vergüenza, culpa, ira, depresión..), emociones que surgen tanto en el momento del diagnóstico como a lo largo del proceso.
 - Síndrome de Burnout.
 - Miedo a las hipoglucemias.
 - Motivación para mejorar y mantener el autocuidado.
 - Temor a las complicaciones tanto agudas, como crónicas a futuro.
 - Afrontamiento de las complicaciones ya manifestadas.
 - Trastornos de la conducta alimentaria: el control sobre la alimentación, el peso y la dosis de insulina pueden llevar a la aparición de trastornos como anorexia o bulimia.

- Desde AMADI, en las asistencias de psicológicas se intervino en casos que se basaron en:
 - Acogida y seguimiento en el debut diabetológico a menores y familiares. Por su parte, AMADI desarrolló “3 atenciones psicosociales a menores y familiares en el “debut” diabetológico”, proporcionando así una atención individualizada durante el proceso de diagnóstico, seguimiento y complicaciones de la diabetes. De este modo, se identificaron las necesidades individuales de estas 3 familias y, en la mayor parte de ellas, se trabajaron las habilidades comunicativas entre los familiares y los menores, la promoción de la autonomía del menor, y la gestión emocional del proceso. A su vez, se informó y proporcionó recursos para el control y la gestión de la diabetes en instituciones sociosanitarias.
 - Trabajo en la aceptación y el compromiso de los pacientes con diabetes para promover la adherencia al tratamiento.
 - Gestión emocional en el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de la diabetes (destacan el miedo asociado a las hipoglucemias, y a las complicaciones físicas de la diabetes).
 - Técnicas de afrontamiento para la promoción de la salud mental durante el proceso de aceptación y gestión de la diabetes.
 - Trastornos de ansiedad y depresión.
 - Promoción de hábitos de vida saludables: ejercicio físico, higiene del sueño.

3. ATENCIÓN NUTRICIONAL:

Esta atención ha consistido en un acompañamiento de las personas en el área nutricional estrechamente ligadas con el tratamiento. La nutricionista especializada en diabetes es un complemento a la educación terapéutica, formando en el ámbito de la alimentación, para que las personas sepan adaptar su alimentación a los requerimientos de la enfermedad.

Como se comentó en la fundamentación del proyecto, existen muchos mitos sobre la diabetes y, estos mitos son principalmente en el ámbito de la nutrición. Es por tanto vital para una buena gestión de la enfermedad e incorporación de esta de manera correcta a nuestro estilo de vida (es la mejor manera de cambiar hábitos) ofrecer información precisa para derribar esos mitos que tanto daño hacen.

La información ofrecida está relacionada con las indicaciones que ha recibido de su médico endocrino o endocrina, con el fin de complementar no de sustituir.

Otra función de esta atención ha sido que la persona resuelva sus dudas sobre lo que le dice su médico y comprenda su tratamiento y cómo gestionar su diabetes en su día a día. Es muy importante esta atención, sobre todo en personas que viven en zonas rurales y por tanto más alejada de información y servicios a su alcance.

También ha sido relevante en el caso de personas que por su situación económica reciben bolsa de alimentos de una entidad social, ya que los alimentos que reciben son en un 80% con un alto nivel de hidratos de carbono, alimentos que las personas con diabetes tienen que controlar su ingesta. En este caso, la nutricionista ha realizado un acompañamiento y formación de la persona para que sepa cómo combinar estos alimentos y ajustar su tratamiento a las ingestas.

Hoy en día hay muchas corrientes en cuanto a la nutrición, muchas de ellas en las que se necesita un conocimiento avanzado y un asesoramiento profesional para no caer en carencias que empeoren nuestra salud. Aunque de base, siempre recomendamos y trabajamos con la dieta mediterránea, es importante adaptarnos a las particularidades de cada persona para facilitar la adherencia al tratamiento. En el caso

de las personas con diabetes, hay que tener mucha más precaución si cabe y tener una buena educación diabetológica.

Por otro lado, también se han llevado a cabo intervenciones en personas no diagnosticadas de diabetes, pero con sobrepeso u obesidad precursores de la diabetes, para ayudarlas a llegar a un normopeso que, por un lado, frene o retrase el posible inicio de diabetes o, llegado el momento, tengan ya hábitos saludables para controlar la enfermedad y evitar las complicaciones asociadas. La nutricionista llevó a cabo un seguimiento y control de su salud, elaborando una dieta personalizada adaptada a su estilo de vida para que la persona pudiera alcanzar el objetivo a través de la incorporación de buenos hábitos en su vida diaria.

Cada sesión es de una hora y, de media, se realizaron 6 sesiones con cada persona a lo largo del año.

La nutricionista de ADIGRAN, en sus sesiones, abordó principalmente:

- Problemas con el control del peso, principalmente en personas con prediabetes o diabetes tipo 2 (derivadas la mayoría de los Centros de salud o servicios de endocrino de los hospitales).
- Problemas de control de la glucemia derivados de una mala alimentación o mala gestión de la misma.
- Dudas con los conceptos nutricionales relacionados con la diabetes: Cálculo de raciones, índice glucémico, interpretación de etiquetado, etc.
- Falta de adherencia al tratamiento nutricional prescrito por los profesionales sanitarios.
- Ajustes de la alimentación enfocada a la práctica deportiva.

4. EDUCACIÓN DIABETOLÓGICA:

La educación terapéutica en diabetes es uno de los pilares básicos del tratamiento de la diabetes, que permite a los pacientes y a sus familias tomar el control de la diabetes y que su manejo no suponga una carga.

Es importante la educación, tanto una vez que la diabetes está diagnosticada, como para prevenir o retrasar la aparición de la diabetes tipo 2. Por ello, desde las asociaciones asesoramos también sobre factores de riesgo y actuación para minimizar los que son susceptibles de ello.

Nuestros profesionales y colaboradores, con amplia experiencia en la educación centrada en el paciente, proporcionaron este asesoramiento individualizado, respondiendo a aquellas dudas sobre técnicas de inyección, conteo de raciones, resolución de complicaciones agudas, etc.

Las consultas se han realizado a través de las diferentes plataformas que usamos como Google meet, zoom, etc.

Cada sesión es de una hora y, de media, se realizaron entre 1 y 3 sesiones por persona.

3.5.3. ESCUELA DE DIABETES

Ante la prevalencia de diabetes en Canarias y el altísimo porcentaje de personas con diabetes que han desarrollado alguna complicación crónica irreversible, dirigimos nuestros esfuerzos a cambiar esta situación. Entre otras cosas, a través de un abordaje interdisciplinar de la patología, donde se tienen en cuenta los aspectos del área bio-psico-social que influyen en la adaptación a la enfermedad y su tratamiento.

Hoy en día sabemos que la clave para manejar con éxito una patología crónica tan compleja, está en capacitar a la persona y a su familia.

La educación en diabetes proporciona al paciente habilidades y destrezas que le permiten un adecuado control y manejo de su patología, convirtiéndolo en un paciente competente para ser su propio cuidador.

Se contactó con agentes claves del entorno para llegar a la población más vulnerable y que, en muchos casos, les cuesta más ir a otros recursos o entidades sociales por no sentirse identificados y comprendidos. Es una manera de que tomen conciencia de su enfermedad y dejen de ocultarla, pues es una situación que en muchas ocasiones hemos detectado.

Se implementaron charlas-talleres formativos sobre diferentes temas enfocados desde el área social, psicológico, nutricional y sanitario.

Estos talleres son muy importantes, tanto por la parte formativa como porque en muchos casos permite a personas que padecen la enfermedad y viven en zonas alejadas del casco urbano, entrar en contacto con otras personas que están en su misma situación, sobre todo en el caso de personas mayores. Esto les permite salir de su aislamiento, expresar sus sentimientos y dudas y compartir con otras personas con las que se sentirán identificadas. Son, por tanto, también una actividad que fomenta el apoyo mutuo y la creación de redes.

Enfocamos esta actividad a distintos grupos, familias y entorno cercano, infantes y adolescentes, jóvenes, adultos y mayores con diabetes tipo 2 o con diabetes tipo 1.

- Desde ADIGRAN, dentro de la ESCUELA DE DIABETES, se llevaron a cabo los siguientes talleres:
 - **Diabetes y deporte:** Taller para aprender a controlar la glucemia durante el ejercicio físico. 24 de febrero.
 - **I Congreso Escuela de Pacientes de Canarias:** Adigran estuvo presente en este congreso participando en una mesa redonda en este primer congreso celebrado el 17 de marzo.
 - **23 Congreso Nacional de Hospitales y Gestión Sanitaria:** Se participó como ponente en este congreso realizado del 08 al 10 de marzo.
 - **Mi grupo de amigos, mi diabetes y yo:** Encuentro taller de la trabajadora social, joven con diabetes con adolescentes de 13 a 18 años. 22 de marzo
 - **Cómo afrontar la diabetes:** En este taller dirigido a adultos valoramos cuales son las estrategias más efectivas, cuales funcionan y cuales no. 22 de marzo.
 - **No sólo el azúcar tiene azúcar:** Charla taller para adultos. 12 de abril.
 - **Aprendiendo a leer etiquetas:** Charla taller para mayores de 16 años.
 - **Charla formativa sobre diabetes y alimentación:** Cear Vecindario. 21 de abril.
 - **1,2,3 Contando Raciones (Iniciación):** Taller de iniciación al conteo de raciones para menores de 5 a 8 años. En este taller, los menores aprendieron de forma práctica, sencilla y adaptada a su edad a contar raciones de hidratos de carbono, imprescindible en el control de su diabetes.
 - **Ciclo Talleres formativos:** Talleres de 4 sesiones que abordan distintos aspectos de la diabetes en la Asociación de vecinos ATIS los días 3,10,17 y 24 de mayo:
 - ✓ ¿Qué es la diabetes?
 - ✓ Diabetes y alimentación
 - ✓ Gestión de las emociones
 - ✓ Mitos y realidades
 - **Sesión formativa Monitorización Glucemia Intersticial:** Con la colaboración de los laboratorios Abbott y dirigida principalmente a pacientes con diabetes tipo 2. 21 de septiembre
- Desde AMADI se llevaron a cabo talleres formativos en los centros escolares dirigidos a menores con diabetes, con el fin de normalizar la patología y eliminar la estigmatización de aquellos que padecen diabetes. Bajo las claves de “enseñar, informar y formar”, este mismo concepto se trabajó además en los Centros de Mayores, de Menores y Centros Culturales de la isla, así como en aquellas entidades que requieran de este servicio. A continuación, se expone la información más relevante de los talleres desarrollados:
 - **Charlas en Centros Educativos: “Concienciación y Formación para la Diabetes”.** Con el fin de prevenir y responder a las necesidades de los diferentes institutos, colegios, PFAES de la isla, a lo largo del curso académico, se desarrollaron charlas sobre los conceptos básicos de la diabetes, alimentación saludable y el azúcar escondido en los alimentos. Estas fueron desarrolladas en 11 centros educativos de la isla desde el 29 de marzo hasta el 06 de noviembre, impartidos por la TCAE, técnico nutricional de la asociación y paciente experto en diabetes Ada Isabela Calero Llanes. Para garantizar un mayor alcance de la información, en cada institución educativa, AMADI intervino, como mínimo, en 2 grupos educativos.
 - **Actividad Física para mayores con o sin diabetes:** La actividad física es parte fundamental tanto del control de la diabetes como de prevención de la diabetes tipo II. Dentro de las clases de mantenimiento físico y estiramientos diseñadas para adultos mayores con o sin diabetes, se incorporaron actividades específicas que se centran en mejorar la flexibilidad, fortalecer los músculos y promover la circulación sanguínea. Actividad impartida por Mauricio Rocha, monitor deportivo con experiencia en mantenimiento físico y la denominada gerontogimnasia en la población de mayor edad. **Algunas actividades incluyen:**
Estiramientos musculares suaves: movimientos que abarcan todo el cuerpo para mejorar la flexibilidad y

reducir la rigidez, beneficiando especialmente a aquellos con diabetes, ya que ayudan a mantener una mejor circulación.

Ejercicios de resistencia de bajo impacto: actividades como levantamiento ligero de pesas o resistencia con bandas elásticas, que fortalecen los músculos sin poner demasiada presión en las articulaciones, adecuadas para mayores adultos con diabetes que buscan controlar su glucosa.

Caminatas o aeróbicos de bajo impacto: actividades cardiovasculares moderadas que mejoran la salud del corazón y ayudan a controlar el azúcar en sangre.

Ejercicios de equilibrio: incluyen movimientos específicos para mejorar la estabilidad y prevenir caídas, un aspecto crucial para mayores adultos con diabetes, ya que la neuropatía periférica puede afectar la sensación y el equilibrio.

- **Talleres de estimulación cognitiva**: Las actividades realizadas se orientan a la mejora de la calidad de vida de los participantes, trabajando las habilidades cognitivas necesarias para realizar las actividades de la vida diaria y/o optimizar su desarrollo. Talleres impartidos por Jenifer Valdivia Cabrera, Licenciada en Psicología.

De este modo, a través de diversas actividades y dinámicas, se trabajan las siguientes áreas;

Percepción: basada en la codificación de las sensaciones elementales que permiten darle un significado al mundo que nos rodea.

Atención: capacidad de generar, seleccionar, dirigir y mantener un nivel de activación adecuado para procesar la información relevante.

Aprendizaje: transformaciones relativamente estables en el comportamiento suscitadas por distintas experiencias que dan lugar a la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades.

Velocidad de procesamiento: capacidad que establece relación con la ejecución cognitiva y el tiempo invertido. Permite procesar la información de forma rápida y automática.

Memoria: registra, almacena y elicit las distintas experiencias ya sean ideas, imágenes, acontecimientos, etc.

Control ejecutivo: actividades mentales complejas encargadas de integrar, organizar y coordinar el resto de capacidades cognitivas.

Comprensión: capacidad de entender, analizar y reflexionar sobre la información que recibimos.

Lenguaje: sistema de signos lingüísticos que nos permiten comunicarnos, tanto de forma oral como escrita o gestual.

Orientación: capacidad de ser consciente de uno mismo y del contexto en que nos encontramos, es decir, ser conscientes a nivel personal, tiempo y lugar.

Razonamiento: capacidad para resolver problemas, extraer conclusiones y aprender de manera consciente a los acontecimientos de manera que podamos establecer relaciones causales y de lógica.

Gnosias: capacidad para reconocer información previamente aprendida a través de los sentidos.

Praxias: capacidad que tenemos para realizar movimientos voluntarios, intencionados y organizados para llevar a cabo un plan o alcanzar un objetivo.

Talleres de Mindfulness

3.5.4. FORMACIÓN A EQUIPOS PROFESIONALES

3.6.4.1. FORMACIÓN A CENTROS EDUCATIVOS, ENTIDADES NO LUCRATIVAS, RECURSOS SOCIALES PÚBLICOS, RECURSOS DEPORTIVOS, EMPRESA PRIVADA

Estos profesionales de los distintos ámbitos pasan mucho tiempo con personas que, en algunos casos, padecen diabetes y es necesario que tengan una formación básica sobre la enfermedad: cómo actuar en caso de complicaciones agudas como la hipoglucemia o hiperglucemia y cómo facilitar la inclusión de este colectivo en todas sus actividades.

Esta formación también nos permitirá sensibilizar y concienciar sobre la diabetes, eliminar prejuicios y falsos mitos.

Se realizaron tanto de manera presencial como online.

➤ Por parte de AMADI, la intervención se focalizó principalmente en los centros educativos de la isla, principalmente al profesorado. Con el fin de mejorar la escolarización del alumnado con diabetes, desmitificar, aclarar dudas y formar a las personas adultas que rodean a los menores en conceptos básicos de la diabetes y en intervención en casos de emergencia, a los profesionales de otras asociaciones, y empresas deportivas.

18/01 Charla “Diabetes, hábitos de vida saludable”, FAdiCAN (Federación de asociaciones de personas sordas de las islas Canarias)

- 22/03 Charla “Diabetes, hábitos de vida saludable”, Futuro Isleño.
- 29/03 Charla sobre la Diabetes en el cole a profesorado del CEIP Tuineje, Tuineje.
- 10/04 Charla sobre la Diabetes en el cole a profesorado del CEIP Paisaje Natural, Corralejo, La Oliva.
- 15/05 Charla sobre la Diabetes en el cole a profesorado del Ceip Lajares, La Oliva.
- 13/07 Charla sobre diabetes en la playa. Empresa de socorrismo Proactiva, Puerto del Rosario.
- 18/09 Charla sobre la Diabetes en el cole a profesorado del Ceip El Tostón, Cotillo, La Oliva.
- 03/10 Charla sobre la Diabetes, alimentación saludable, azúcar escondido. ADIVIA (Asociación de discapacitados visuales y auditivos).
- 09/10 Charla sobre la Diabetes en el cole a profesorado del CEIP Poeta Domingo, Matorral, Puerto del Rosario.
- 06/11 Charla sobre la Diabetes en el cole a profesorado del CEIP Pablo Neruda.

➤ Por parte de ADIGRAN:

- Formación a la comunidad educativa sobre atención al alumnado con diabetes en el entorno escolar

09/01 CEIP Tinguaro

10/03 CEIP Tenteniguada

13/03 CEIP Giner de Los Ríos

16/03 Colegio Brains

20/03 CEIP Policarpo Báez

17/04 CEE Ramón Pérez Déniz

24/04 Colegio Canterbury

27/04 CEIP Poeta Tomás Morales

08/05 CEIP Gran Canaria

15/05 CEIP Virgen del Carmen

17/05 IES Ana Luisa Benítez

25/09 CEIP Alcalde Diego Trujillo Rodríguez

30/10 Colegio Público Capellanía del Yágabo – Arrecife (Lanzarote)

06/11 CEIP Adán del Castillo

04/12 CEIP Chano Sánchez

- Talleres formativos (4 sesiones) sobre atención a la diabetes a alumnado de Atención Sociosanitaria.

PFAE “ACTÍVATE” Santa María de Guía. 1, 8, 15, 22 de junio

PFAE “AUTONOMÍA” Santa María de Guía. 3, 10, 17, 24 de julio

➤ Por parte de ADT:

19/04 Charla sobre ADT como recurso a la farmacia La Comunitaria de San Isidro.

5/06 Charla Alimentación en diabetes, Conceptos básicos y trucos en el día a día, Desirèe Pérez, educadora en diabetes Hospital del Sur. Médicos del Mundo y Farmacia La Comunitaria.

27/06 Formación sobre atención a la diabetes para Aila Dependencia, empresa que ofrece una atención personal en la realización de las actividades básicas de la vida diaria y cobertura de las necesidades domésticas, con el fin de incrementar la autonomía del usuario, posibilitando su permanencia en el domicilio con seguridad y calidad de vida.

18/09 y 9/10 Charlas sobre atención a la Diabetes para personal laboral de Orobal, que atiende en sus centros de día y/o actividades a personas con diabetes.

24/10 PFAE Candelaria Te Cuida – Charla sobre atención a la Diabetes a alumnado de Atención sociosanitaria a

personas en el domicilio y Atención sociosanitaria a personas dependientes en instituciones sociales.

3.6.4.2. FORMACIÓN A PROFESIONALES SANITARIOS

1. FORMACIÓN SOBRE DIABETES EN GENERAL

Gracias al gran trabajo en red que venimos desarrollando desde hace años, tanto con las Gerencias de Atención Primaria, como con los Colegios Profesionales, hemos llevado a cabo formaciones a profesionales de centros de salud, hospitales, farmacias, enfermería (general y escolar), auxiliares de enfermería en centros escolares, etc.

Estas formaciones responden a la falta de herramientas y conocimientos desde un punto de vista psicosocial, nutricional y sobre las tecnologías que nos trasladan los/as profesionales. Formando a estos sanitarios, repercutimos directamente en la adherencia al tratamiento por parte del paciente y, por ende, en la mejora de la calidad de vida de las personas con diabetes. Además, dimos a conocer nuestro trabajo y servicios para que nos tuviesen como referentes en derivaciones a nuestros profesionales.

Las formaciones se hicieron tanto de manera presencial como en formato online y se facilitó material didáctico en formato digital.

- Por su parte, AMADI, se reunió con trabajo social sanitario de atención primaria del área de salud de Fuerteventura, con el siguiente fin:

- Formación continuada al personal de los centros de salud de la Isla de Fuerteventura:

- C.S Antigua: 02/10/2023

- C.S Corralejo: 24/10/2023

- C.S Gran Tarajal 16/11/2023

- C.S Morro Jable 23/11/2023

- Se realizó un taller de formación en bombas de insulina “Gestionando tu Diabetes con bomba de insulina”, Impartida por Miriam Rodríguez Guillén, (Educadora diabetológica del hospital Insular).

- A su vez, se informó y proporcionó recursos para el control y la gestión de la diabetes en instituciones sociosanitarias.

- Por parte de ADT: Además de las distintas reuniones con la Gerencia de Atención Primaria y Programas Asistenciales para distintos asuntos concernientes a la atención a la diabetes y su manejo, nuestra compañera Elsa Espinosa impartió la siguiente charla:

- 18/05/23 Distrés específico de la diabetes: Cómo evaluarlo y abordarlo.

- Por parte de las tres asociaciones, de manera conjunta se llevó a cabo el 29/11/2023 una formación práctica sobre recursos para diabetes tipo 1 y el papel de las Asociaciones, a las distintas enfermeras que están desarrollando el proyecto piloto de enfermería escolar de la Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias.

2. FORMACIÓN PARA EL ABORDAJE PSICOSOCIAL EN EL MOMENTO DEL DIAGNÓSTICO Y EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA CON DIABETES.

El diagnóstico de la diabetes es un momento crítico para el paciente y familia, especialmente en edad pediátrica. Está ampliamente demostrado que la forma de comunicarlo y abordarlo desde el plano psicosocial por parte del profesional es clave para la adaptación a la diabetes y adherencia al tratamiento futuro.

Sin embargo, los profesionales sanitarios no reciben formación específica para ello y reconocen que la falta de estrategias y recursos para afrontar esas situaciones les generan malestar y desgaste emocional. El estudio DAWN2 (estudio internacional observacional transversal que examina las barreras y las áreas de mejora en la atención y el manejo efectivo de la diabetes a partir de las opiniones de personas con diabetes, sus familiares y profesionales sanitarios) ha identificado en España la necesidad de mejorar la comunicación entre profesionales sanitarios y sus pacientes y ha declarado fundamental incluir apoyo emocional y psicosocial en la atención al paciente con diabetes.

Por otra parte, la experiencia de nuestras Asociaciones, escuchando y analizando las experiencias de pacientes y familiares en los momentos del diagnóstico y momentos posteriores, nos lleva a la conclusión de que actualmente no se ofrece un abordaje integral del paciente y la familia y que no se cubren

correctamente sus necesidades de atención y apoyo emocional.

- Por parte de ADT:
 - Webinar: **Atención psicosocial de los/as adolescentes con diabetes en consulta**, por nuestra psicóloga Elsa Espinosa.
 - Encuentros: se generaron tanto juegos en el Día Mundial de la Diabetes como en el Encuentro Intergeneracional de Navidad para que las personas y familias que enfrentaban un debut recientemente pudieran coincidir con otras familias con más experiencia.
- Por parte de ADIGRAN se desarrolló la sesión formativa **“Cuidando la comunicación con el paciente con diabetes”** enfocada a facilitar las herramientas comunicativas, psicológicas, sociales y de asertividad a la hora de ayudar a los pacientes a afrontar tanto el día a día como uno de los momentos más difíciles de la enfermedad como es el momento del diagnóstico.

3.5.5. ELABORACIÓN DE MATERIALES AUDIOVISUALES E IMPRESOS DE INFORMACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA DIABETES.

Dentro de nuestra labor de alfabetizar en salud a la población general y a las personas con diabetes y su entorno, desde las asociaciones que integran FAdiCAN hacemos un esfuerzo para elaborar, editar y divulgar material audiovisual, con estructura y diseño adaptado validado para las personas a las que va dirigido. Dentro de los temas elegidos, intentamos dar respuesta a los más demandados por su importancia y escasez.

Generalmente, abordamos aspectos psicosociales de autocuidados y que sirvan para favorecer la normalización de la vida con diabetes. Estos materiales ayudan también a hacer más visible la diabetes, su desmitificación, la prevención de la diabetes tipo 2 y la promoción de la integración social y laboral.

- Desde AMADI se continuó con la campaña de sensibilización “Campaña 12 Meses sin Complicaciones”, en la que cada mes se trató una de las complicaciones asociadas a la Diabetes, sus riesgos y cómo prevenirla. Además se creó el siguiente material:
 - 10 consejos para una compra saludable y económica con diabetes.
 - El uso del glucagón nasal e inyectable.
- ADIGRAN elaboró diverso material de difusión sobre distintas temáticas: deporte, alimentación, psicología, aspectos sociales, hábitos tóxicos...
 - Día sin tabaco
 - Miedo a las Hipoglucemias
 - Diabetes y Alimentación
 - Mito o Realidad
 - Pensamientos distorsionados
 - CUME
 - Cartelería sobre actuación urgente en hipoglucemias
 - Cartelería sobre el uso del Glucagón y el Baqsimi
 - 2 Vídeos sobre aplicación y protección de sensores.

Además, como medio de sensibilización y hacer llegar a la población información impresa sobre diabetes, autocuidado y dar a conocer los recursos de nuestra entidad, se habilitó una mesa informativa en Gáldar el día 18 de agosto.

- Desde ADT, se han realizado distintos materiales de creación nueva y/o reedición sobre las distintas temáticas:
 - ✓ Recursos para el cuidado de la diabetes:
 - Administración de insulina
 - Diabetes tipo 1 y rendimiento académico
 - Burnout

- ✓ Prevención de la diabetes tipo 2:
 - Información sobre prediabetes
 - Método del plato
 - Prediabetes

Se han elaborado materiales para la mejor atención de personas con diabetes por parte del personal sanitario, como 'Jóvenes expert@s en diabetes responden a dudas de sanitari@s' para que entiendan mejor a lo que se enfrentan en su día a día con diabetes y potenciar la empatía.

Además, se han elaborado los gluconsejos, material para reflejar rutinas del día a día del manejo de la diabetes para menores con diabetes. En el que explican a otras personas de su edad o entorno temas como: utilizar el sensor al practicar kárate, lipodistrofias, diabetes y exámenes, la bomba de insulina, diabetes y deporte y ponerse el sensor, Todo este contenido se puede visualizar en nuestro canal de youtube.

3.5.6. DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

Las Asociaciones integrantes de FAdiCAN proponen cada año una programación dirigida a todos los colectivos, con el fin de formar e informar de los factores de riesgo, forma de prevenir la diabetes, pilares del tratamiento, etc.

En torno al 14 de noviembre, y ese mismo día, se realizarán varias acciones:

- Talleres/mesas de debate relacionados con el tratamiento de la diabetes: aspectos psicosociales, el papel de la enfermera en el cuidado de la diabetes, ejercicio físico, etc.
- Intervenciones en medios de comunicación.
- Campaña de sensibilización, valoración del riesgo de desarrollar diabetes a través del Test de Findrisk y detección precoz de la diabetes en la población en general.
- Difusión y visibilización de las asociaciones como un recurso al servicio de la población.

➤ **Por parte de ADT**, desarrollamos la siguiente programación:

- Jueves 2 de noviembre Inicio del curso 'Monitorización de glucosa mediante sensores para personas con dm2 en La Laguna' Curso organizado por ADT con la colaboración de Abbott.
- Viernes 3 de noviembre Lanzamiento del cuento 'Topy tiene diabetes' para profesorado de alumnado con diabetes. Un recurso elaborado por ADT.
- Martes 7 de noviembre Segunda sesión del curso 'Monitorización de glucosa mediante sensores para personas con dm2 en La Laguna'. Curso organizado por ADT con la colaboración de Abbott.
- Jueves 9 de noviembre Ruta histórica guiada por Santa Cruz de Tenerife. Actividad gratuita para socios/as de ADT. Organizada por ADT con la colaboración del Ayuntamiento de Santa Cruz de Tenerife.
- Jueves 9 de noviembre Tercera sesión del curso 'Monitorización de glucosa mediante sensores para personas con dm2 en La Laguna'. Curso organizado por ADT con la colaboración de Abbott.
- Viernes 10 de noviembre Lanzamiento del Kit de consultas para profesionales. Un recurso realizado por ADT.
- Lunes 13 de noviembre Lanzamiento del Manifiesto por la Diabetes 2023. Realizado por FAdiCAN.
- Martes 14 de noviembre - Día Mundial de la Diabetes
 - Taller 'Comunicarnos bien para sentirnos mejor' a las 17:30 horas.
Imparte Elsa Espinosa, psicóloga sanitaria de ADT en el Centro Ciudadano Pérez Soto (La Laguna). Con actividades paralelas para menores con diabetes. Actividad organizada por ADT con la colaboración de LifeScan y NoSoloDatos.
 - Mesa informativa sobre la diabetes y la labor que desempeña ADT de 10:00 a 14:00 horas en el Hospital Nuestra Señora de Candelaria.
 - Mesa informativa sobre la diabetes y la labor que desempeña ADT de 09:00 a 13:00 horas en La Plaza de la Constitución de Villa de La Orotava. Con la colaboración del Centro de Salud Las Dehesas de La Orotava.

- Miércoles 15 de noviembre Lanzamiento del recurso 'Jóvenes expert@s en diabetes responden a dudas de sanitari@s'. Recurso realizado por ADT
 - Jueves 16 de noviembre I Jornadas Canarias de Enfermedades Crónicas organizadas por el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Tenerife. Participa Elsa Espinosa como psicóloga sanitaria especialista en diabetes de ADT.
 - Viernes 17 de noviembre Lanzamiento del cuento interactivo 'Nayra y su diabetes'. Recurso realizado por ADT.
 - Sábado 18 de noviembre Juego 'La Canasta Saludable' en el partido de la ACB Lenovo Tenerife contra Zunder Palencia. En el Pabellón Santiago Martín a las 19:45 horas. Con la colaboración de Fundación CB Canarias
 - Lunes 20 de noviembre Inicio del curso de 'Monitorización de glucosa mediante sensores para personas con dm2' en Granadilla. Curso organizado por ADT con la colaboración de Abbott.
 - Miércoles 22 de noviembre Taller de 'Gimnasia Mental'. Actividad gratuita para socios/as de ADT mayores de 60 años.
 - Jueves 23 de noviembre Participamos en la Feria de Tenerife Isla Solidaria en Los Realejos con un stand informativo. De 09:00 a 15:00 horas en Casa del Emprendedor, Los Realejos
 - Viernes 24 de noviembre Lanzamiento de GluConsejos. Un recurso realizado por ADT.
 - Jueves 30 de noviembre Taller 'Las asociaciones como recurso' dirigido a enfermeras/os del Proyecto Piloto de Enfermería Escolar
- **Por parte de AMADI:** durante el primer semestre del año se programaron y coordinaron junto con area de salud de Fuerteventura, las siguientes actividades que se realizaron el Día Mundial de la Diabetes:

El 14 de noviembre 2023 en Corralejo (La Oliva):

- 9:00 a 13:30 Mesas informativas:
 - Pie Diabético.
 - Juego del parchís de la diabetes.
 - Alimentación
- 9:30 a 10:15: Master class de Zumba
- 10:30 a 11:40: Desayuno saludable y taller de alimentación
- 11:50 a 13:00: Taller de Mindfulness
- 13:00 a 13:15 Lectura del manifiesto por la Diabetes de Canarias.

En la sede de AMADI, De 17:00 a 19:00:

- Master Class de Zumba.
- Merienda saludable.

Mesas itinerantes con información sobre la prevención de la diabetes en cada zona básica de salud.

- 14/nov: C.S Corralejo
- 16/nov: C.S Puerto del Rosario I y II
- 20/nov: C.S Antigua y Gran Tarajal
- 22/nov: C.S Morro Jable y C.L Costa Calma.

Iluminación 14 de noviembre: Con la colaboración y participación del Cabildo, los Ayuntamientos de la isla, iluminaron fachadas municipales, el Aeropuerto se iluminó, con el objetivo de darle visibilidad a la enfermedad y mostrar apoyo a todas las personas que la padecen.

- **Por parte de ADIGRAN:** Con motivo del Día Mundial de la Diabetes se llevaron a cabo las siguientes actividades:
- 11 Noviembre: Merienda Solidaria en el Real Club Náutico de Gran Canaria
 - 13 Noviembre: Jornada de concienciación IES TELDE
 - 14 Noviembre: Mesas informativas y detección precoz de la diabetes en la Calle Mayor de Triana y en la Av. Mesa y López. Información, pruebas de glucemia capilar, hemoglobina glicosilada (HbA1c) tensión arterial. Asesoramiento y Mediciones Antropométricas para valoración del riesgo de padecer diabetes tipo 2.

- 14 Noviembre: Presentación del TEBEO Activo, 16 historias en formato de comic digital donde se plantean diferentes situaciones de la vida con diabetes desarrolladas en un barrio canario llamado Villa Miel.
- 17 Noviembre: Stand informativo, promoción de hábitos saludables en la Jornada de la Infancia 2023 en Santa Lucía.
- 29 Noviembre: Charla “DIABETES Y SEXUALIDAD: Como tener una vida sexual saludable” en la sede de Adigran.
- 25 Noviembre: Celebración del Día Mundial de la Diabetes en Carrizal de Ingenio

CARPAS INFORMATIVAS Y DETECCIÓN PRECOZ DE LA DIABETES

- Stand Informativo ADIGRAN
- Stand DIAFD
- Stand Flúor Moon
- Stand Enfermería: Pruebas de glucemia capilar, hemoglobina glicosilada (HbA1c) tensión arterial.
- Stand Nutrición: Asesoramiento y Mediciones Antropométricas para valoración del riesgo de padecer diabetes tipo 2 – TEST DE FINDRISK
- Stand Informativo Colegio Oficial de Farmacéuticos de Las Palmas: Asesoramiento y participación TEST DE FINDRISK.
- Stand Informativo ASOCEPA sobre la relación diabetes y celiaquía.

ACTIVIDADES

- Master Class Zumba
- Calentamiento específico – Proyecto Diabetes, Actividad Física y Deporte – DIAFD
- FLUOR MOON DIABETES “La carrera por la diabetes” www.fluormoon.es

3.5.7. DÍA MUNDIAL DE LA SALUD

De manera transversal realizaremos acciones de sensibilización dirigidas a eliminar prejuicios y estereotipos y concienciar de la importancia de llevar unos buenos hábitos de vida para prevenir la diabetes y/o sus complicaciones.

Se llevaron a cabo campañas de sensibilización y detección precoz en la población en general, haciendo valoración del riesgo de desarrollar diabetes y, en caso de tener un riesgo alto, se procederá a realizar la prueba de la HbA1c para detección precoz de la enfermedad.

En esta línea, por parte de AMADI, en su sede de Puerto del Rosario, se desarrolló una Mesa Informativa donde se desarrollaron pruebas de glucosa, brindando información para la promoción y prevención de la salud.

Las acciones de sensibilización e información se llevarán a cabo a través de las redes sociales y materiales impresos de difusión.

3.5.8. COLONIA DE VERANO DE MENORES QUE CONVIVEN CON LA DIABETES

Como cada año, una de las actividades más esperadas es la Colonia o Campamento de verano para menores que conviven con la diabetes.

Esta actividad consiste en crear un espacio lúdico en el que menores que conviven con la diabetes mejoren su autonomía y conocimiento. A lo largo del campamento se llevan a cabo actividades en formato taller/juego sobre diversos temas, como:

- Técnicas de inyección de insulina.
- Prácticas sobre utilización de distintas zonas de auto-inyección

- Modificación de dosis y mezclas en función de los perfiles glucémicos y de las actividades programadas
- Identificación de alimentos portadores o no de carbohidratos, así como las distintas absorciones
- Manejo de equivalencias entre distintos alimentos glucídicos
- Ventajas y desventajas de utilizar productos especiales “para diabéticos”.
- Gestión de las emociones
- Resolución de complicaciones agudas producidas por la diabetes (hipoglucemias, cetosis...)
- Manejar el tratamiento de la diabetes en situaciones cotidianas del día a día y en situaciones más específicas: viajes, excursiones, práctica de deportes.

Además, durante la colonia se fomenta:

- El disfrute de practicar diferentes actividades lúdicas y deportivas.
- Vida saludable, manteniendo el equilibrio entre ejercicio físico, mental y la alimentación.
- La protección del medioambiente y el respeto por la naturaleza.
- Convivencia y la solidaridad con los/as compañeros/as.

En el caso de Amadi y Adigran, esta colonia se celebró del 24 de junio al 01 de julio en la Residencia Escolar Puerto del Rosario y en el caso de ADT, del 10 al 16 de julio en el Campamento El Riachuelo (La Palma).

Para la ejecución se cuenta con la colaboración de profesionales de las áreas de educación y salud tales como: ocio y tiempo libre, enfermería, endocrinología y pediatría, nutrición, psicología...

➤ Colonia de verano de menores con diabetes de 7 a 14 años de la ADT

La actividad se celebró en el Campamento El Riachuelo (La Palma) del 10 al 16 de julio, ambos inclusive. Acudieron 36 menores de 7 a 14 años, un grupo variado con distintos tiempos de evolución, distintos tratamientos y tecnologías varias.

Todos los días se planifican con actividades lúdico- deportivas, educación diabetológica, tiempo libre y comidas.

Desde hace ya muchas colonias, hemos abandonado el formato de talleres para integrar el aprendizaje a través del juego, de esta forma, los/as menores trabajan las raciones de hidratos de carbono, la alimentación saludable, el manejo de las emociones, conocimiento de hipoglucemias e hiperglucemias, actuación en el ejercicio físico, aspectos emocionales, todo a través del juego y con ayudas muy visuales.

PROGRAMACION COLONIA 2023						
LUNES 10	MARTES 11	MIÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14	SÁBADO 15	DOMINGO 16
8:30 LEVANTARSE Y DESAYUNO, 9:45 EJERCICIO						
	10:15 + 11:45 CHARLA MEDIOAMBIENTE 12:00 + 13:30 OCIO	10:00+ 10:00 PLAYA LOS CANGALOS	10:30 + 13:30 OCIO	10:00+ 13:00 EXCURSION VOLCAN TALOGALTE	10:00 Primeros auxilios 12:00 SYMBARSA	13:30 LLEGADA A TENERIFE NORTE
14:00 CONTROLES, ALMUERZO Y DESCANSO. ENTREGA DE MÓVILES (MARTES, JUEVES Y SÁBADO) ASAMBLEA (MIÉRCOLES Y VIERNES)						
16:30 SALIDA AEROPUERTO NORTE Ligeros y distribución de material, presentación grupo	16:00 + 17:30 ALIMENTACION EN ESCENAS 17:30+19:00 OCIO	PLAYA LOS CANGALOS	16:00+17:30 DEBATES EN REDES 17:30+19:00 OCIO	16:00+17:30 GLUCOSEOS	17:30+19:00 OCIO	16:00 19:00 OCIO
19:00 DUCHAS Y RECIBIDAS CABAÑAS. REUNIÓN EQUIPO PROFESIONALES (Tener en cuenta cambio CATÉTER)						
20:00 CONTROLES, CENA Y OCIO NOCTURNO 21:00 CONTROLES Y A DOMAR						

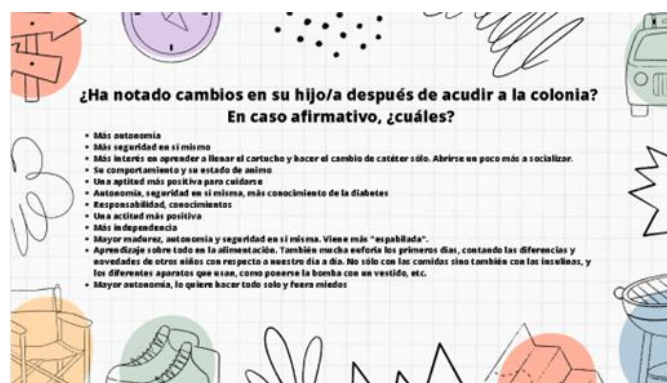
Cada comida se convierte en sí misma en una especie de taller educativo. En ellas, los propios chicos y chicas observan cómo se cuentan las raciones de hidratos de carbono, cómo se puede intercambiar, etc. Para los debuts recientes, potencia su aprendizaje y para los que ya llevan años se convierte en el reciclaje perfecto.

El menú es revisado minuciosamente por el equipo de cocina y el personal médico previamente, revisando las sugerencias de años anteriores.

		LUNES 10	MARTES 11	MÉRCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14	SÁBADO 15
A.D.T.	ALMUERZO		SOPA DE PESCADO PATAS EN SALSA PAPAS QUISADAS ENSALADA	DÍA PLAYA: BOCADILLO DE TORTILLA DE PAPAS	LENTEJAS ENSALADA CON ATÚN Y HUEVO DURO PAPAS QUISADAS	PIZZA ENSALADA DE QUESO BLANCO	POTAJE DE VERDURAS ARROZ AMARILLO ENSALADA
	CENA	MACARRONES CON ATÚN ENSALADA DE COI FRUTA	POTAJE DE VERDURAS PECHUGA CON ARROZ 5 DELICIAS/ CUSCUS	CREMA DE CALABACÍN LOMO CON PAPAS FRITAS	PURÉ DE CALABAZA FILO CON PAPAS AL HORNO	SALMOREJO PESCADO GRILL CON PAPAS Y ENSALADA Y SALSA DE YOGURT	PIZZA ENSALADA CHULETADA CON ENSALADA Y PAPAS ARRUGADAS

Todas las comidas se acompañarán por fruta de temporada y pan integral

Una semana después se comienza a encuestar a las familias/tutores sobre la experiencia y nos satisface obtener respuesta tales como:



➤ **Campamento de verano de menores con diabetes de 6 a 17 años de ADIGRAN y AMADI**

Este año 2023, el campamento realizado conjuntamente por ADIGRAN y AMADI, se llevó a cabo en la Residencia Escolar de Puerto del Rosario en Fuerteventura. Participaron 44 menores de 7 a 17 años. Estos menores se dividen en grupos heterogéneos en cuanto a edad, tiempo de debut, nivel de educación diabetológica...esto permite que los más pequeños se sientan arropados en su grupo por los mayores y, estos a su vez, crean un vínculo de protección y ayuda que a la vez revierte en su conciencia de autocuidado y aprendizaje.

Durante la ejecución del campamento se llevaron a cabo diversos juegos y actividades donde, de manera lúdica, se trabajan los conceptos del autocuidado de la diabetes, alimentación, deporte.... solventándose las distintas situaciones que van surgiendo como contaje de raciones de hidratos de carbono, hipos e hiperglucemias, etc. A su vez, se potencia el trabajo en equipo, el compañerismo, la autoestima y la empatía, además de concienciar sobre la importancia del autocuidado y de tener una red de apoyo entre iguales.

3.5.9. DIFUSIÓN DEL PROYECTO

Se promocionó y difundió el proyecto a través de diversidad de medios de comunicación (prensa, radio, web...), haciendo partícipes a todos los agentes anteriormente indicados para que puedan beneficiarse del proyecto el mayor número posible de personas.

Se utilizaron las páginas webs y redes sociales de las asociaciones, haciendo hincapié en el patrocinio del Servicio Canario de la Salud.

Se elaboraron materiales para la difusión del proyecto, tanto físicos como digitales para la difusión a través de correo electrónico, web y redes sociales. Se entregaron y enviaron a entidades y recursos sociales públicos y

privados, que trabajan con personas en situación de vulnerabilidad social para garantizar que la información llega al colectivo beneficiario del proyecto.

3.5.10. REPRESENTACIÓN ANTE LAS ADMINISTRACIONES

Desde su fundación, FAdiCAN, ha ejercido un papel de defensa de los derechos de las personas con diabetes a través de propuestas de mejora en la atención sanitaria a nuestro colectivo en Canarias. Durante los 16 años de existencia de nuestra Federación, se han planteado diversas propuestas específicas al Servicio Canario de Salud con la finalidad de que sean implantadas en los centros sanitarios públicos. Muchas de estas propuestas fueron tomadas en consideración y son una realidad en las prestaciones públicas sanitarias, aunque aún quedan algunas de especial importancia por implantar, como la formación en diabetes a profesionales de atención primaria, una demanda que ya cumple cinco años.

Especial relevancia tiene nuestro **MANIFIESTO POR LA DIABETES DE CANARIAS**, un documento que se revisa cada año coincidiendo por el Día Mundial de la Diabetes y que incluye las principales demandas de FAdiCAN para la mejora de la calidad de vida de las personas con diabetes del archipiélago. En este documento también se recogen aquellas peticiones a las que el Servicio Canario de Salud ha dado respuesta y ha añadido a los servicios sanitarios. Este documento es la base que los miembros de la Junta directiva de FAdiCAN y sus asociaciones miembro usamos para tratar en las reuniones que mantenemos con los cargos del SCS durante todo el año.

Para este año 2024, la Junta directiva de FAdiCAN se ha propuesto dar relevancia a los siguientes puntos:

- Continuar insistiendo al SCS para que impulse el plan de formación en el que se ha estado trabajando estos últimos 3 años dirigido a la enfermería de atención primaria y hospitalaria para la creación de perfiles de Enfermería de Práctica Avanzada (EPA).
- Instar al SCS para el ya propuesto acuerdo o convenio para las Colonias de verano que organizan las asociaciones de FAdiCAN.
- Continuar con las conversaciones iniciadas con la Consejería de Educación para abordar el proyecto de un colegio=una enfermera antes de que finalice esta legislatura.
- Trabajar para la creación del Primer Congreso dirigido a personas con diabetes en noviembre de este año. Comenzar por esbozar un borrador de proyecto con temas a tratar y ponentes, sondear posibles lugares de celebración, agencias que se ocupan de las inscripciones.

3.6. RECURSOS

3.6.1. RECURSOS HUMANOS

Los recursos humanos para la ejecución del proyecto son el propio personal de las distintas asociaciones, que no han tenido dedicación exclusiva a este proyecto. El personal ha sido el siguiente:

- ADIGRAN
 - 1 Coordinadora
 - 1 Trabajadora Social
 - 1 Psicóloga
 - 1 Nutricionista
 - 1 Monitor

- ADT
 - 1 Gerente
 - 1 Trabajadora Social
 - 1 Psicóloga
 - 1 Social Media

- AMADI

- 1 Coordinadora
- 1 Psicóloga
- 1 Social Media de contratación externa
- 1 Monitor deportivo de contratación externa

❖ Voluntariado que colaborará en el proyecto a lo largo del año.

3.6.2. RECURSOS MATERIALES

Los recursos materiales necesarios para la ejecución del proyecto han sido los siguientes:

- 1) MATERIAL Y EQUIPAMIENTO PARA ACTIVIDADES: Material que se utilizó a lo largo del año tanto en las atenciones individuales como grupales: Papelería, bolígrafos, rotuladores de pizarra, rotuladores, lápices de colores, cartulinas, carpetas, archivadores, material didáctico, libretas de autocontrol de su diabetes, material sanitario (glucómetros y tiras reactivas, equipo medición hemoglobina glicosilada y sus fungibles, pinchadores, lancetas, plumas de insulina, glucagón, cinta métrica, pesa, bioimpedancia....)
- 2) MATERIAL PARA LA DIFUSIÓN DEL PROYECTO: Es un gasto específico del proyecto ya que se trata de material para su promoción con el fin de llegar a los beneficiarios y beneficiarias del proyecto. En el caso de las personas mayores, es muy importante que lo tengan en papel ya que no todos disponen de internet o saben manejarse en ese ámbito. Además, hay que tener en cuenta que se intente llegar a la población en situación de vulnerabilidad social.
- 3) EQUIPAMIENTO INFORMÁTICO: Para la ejecución del proyecto se cuenta con ordenadores de sobremesa, portátiles, proyectores, fotocopiadoras impresoras, pantallas, papelógrafos.
- 4) INSTALACIONES: Locales/Sedes de las distintas asociaciones de FAdiCAN, despachos y aulas formativas, con acceso a salones de actos en colaboración con entidades públicas y privadas.

3.7. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO

Para valorar el grado de consecución de los objetivos nos planteamos los siguientes indicadores y resultados esperados:

Indicadores	Resultados esperados	Resultados obtenidos
Nº de personas atendidas en el debut	Un mínimo de 45	53
Nº de consultas profesionales realizadas	Un mínimo de 300 atenciones durante el año	219
Nº de actividades realizadas (Charlas, colonias, webinar, jornada formativa, actividades por el DMD, Ferias, etc)	Un mínimo de 30 actividades	75
Nº de participantes en las actividades (Charlas, colonias, webinar, jornada formativa, actividades por el DMD, Ferias, etc)	Un mínimo de 300 participantes	2210
Nº de materiales elaborados	Un mínimo de 50 materiales	108
Nº de publicaciones	Un mínimo de 50 publicaciones	101
Alcance total acumulado	Un mínimo de 50000	136459
Grado de satisfacción con la atención recibida en consulta	Como mínimo el 80 % de los participantes expresan satisfacción alta o muy alta en una escala likert	El 90 % de los participantes expresan satisfacción alta o muy alta en una escala likert
Grado de satisfacción con las actividades (Charlas, colonias, webinar, jornada formativa, actividades por e DMD, Ferias, etc)	Como mínimo el 80 % de los participantes expresan satisfacción alta o muy alta en una escala likert	El 85 % de los participantes expresan satisfacción alta o muy alta en una escala likert

3.8. PRESUPUESTO

Asociación para la Diabetes de Gran Canaria (ADIGRAN)									
Personal									
Puesto de trabajo	Meses	Salario mes	S.S. empresa	Total mes	Total	% imputado al proyecto	Importe del proyecto	% imputado a la subvención	Importe subvención
Coordinadora	12	2.350,16 €	753,23 €	3.103,39 €	37.240,68 €	25%	9.310,17 €	100,00%	9.310,17 €
Trabajadora social	12	1.503,40 €	481,84 €	1.985,24 €	23.822,88 €	16,667%	3.970,55 €	100,00%	3.970,55 €
Psicóloga sanitaria	11	1.503,40 €	481,84 €	1.985,24 €	21.837,64 €	30%	6.551,29 €	100,00%	6.551,29 €
Nutricionista	12	1.503,40 €	481,84 €	1.985,24 €	23.822,88 €	35%	8.338,00 €	100,00%	8.338,00 €
TOTAL PERSONAL		6.860,36 €	2.198,75 €	9.059,11 €	106.724,08 €		28.170,01 €		28.170,01 €
Gastos administrativos y corrientes									
Concepto							Importe del proyecto	% imputado a la subvención	Importe subvención
Asesoría / gestoría laboral							1.440,00 €	60,00%	864,00 €
Teléfono, internet, multimedia, gestión							499,94 €	60,00%	299,96 €
Social Media							767,62 €	60,00%	460,57 €
Desplazamientos							1.680,00 €	25,00%	420,00 €
Alojamiento y pensión							3.280,00 €	25,00%	820,00 €
Salidas campamento							1.496,64 €	25,00%	374,16 €
Colaboraciones externas							1.200,00 €	50,00%	600,00 €
Campus formativo (Dietas, Alojamiento, Viajes, alquiler sala, catering, etc)							6.000,00 €	49,855%	2.991,30 €
TOTAL GASTOS ADMINISTRATIVOS Y CORRIENTES							16.364,20 €		6.829,99 €
TOTAL GASTOS PERSONAL, ADMINISTRATIVOS Y CORRIENTES							44.534,21 €		35.000,00 €

Asociación para la Diabetes de Tenerife (ADT)									
Personal									
Puesto de trabajo	Meses	Salario mes	S.S. empresa	Total mes	Total	% imputado al proyecto	Importe del proyecto	% imputado a la subvención	Importe subvención
Gerente	12	2.630,79 €	855,01 €	3.485,80 €	41.829,60 €	20%	8.365,92 €	100,00%	8.365,92 €
Psicóloga sanitaria	12	2.630,79 €	855,01 €	3.485,80 €	41.829,60 €	20%	8.365,92 €	100,00%	8.365,92 €
Trabajadora social	12	1.939,05 €	630,20 €	2.569,25 €	30.831,00 €	20%	6.166,20 €	100,00%	6.166,20 €
Socialmedia	12	1.820,59 €	613,54 €	2.434,13 €	29.209,56 €	20%	5.841,91 €	100,00%	5.841,91 €
TOTAL PERSONAL		9.021,22 €	2.953,76 €	11.974,98 €	143.699,76 €		28.739,95 €		28.739,95 €
Gastos administrativos y corrientes									
Concepto							Importe del proyecto	% imputado a la subvención	Importe subvención
Asesoría laboral y fiscal							2.000,00 €	50,00%	1.000,00 €
Colaboraciones externas							1.500,00 €	100,00%	1.500,00 €
Servicios multimedia							1.000,00 €	50,00%	500,00 €
Comunicaciones							2.000,00 €	30,00%	600,00 €
Desplazamientos							2.060,05 €	51,4576%	1.060,05 €
Alimentos jornada							300,00 €	100,00%	300,00 €
Alojamiento Jornada							700,00 €	100,00%	700,00 €
Imprenta							600,00 €	100,00%	600,00 €
TOTAL GASTOS ADMINISTRATIVOS Y CORRIENTES							10.160,05 €		6.260,05 €
TOTAL GASTOS DE PERSONAL+GASTOS ADVOS. y CORRIENTES:							38.900,00 €		35.000,00 €

Asociación Majorera de Diabetes (AMADI)

Personal									
Puesto de trabajo	Meses	Salario mes	S.S. empresa	Total mes	Total	% imputado al proyecto	Importe del proyecto	% imputado a la subvención	Importe subvención
Coordinadora	12	1.500,00 €	917,02 €	2.417,02 €	29.004,24 €	50%	14.502,12 €	50,00%	7.251,06 €
Psicóloga	12	1.291,46 €	665,35 €	1.956,81 €	23.481,72 €	25%	5.870,43 €	100,00%	5.870,43 €
TOTAL PERSONAL		2.791,46 €	1.582,37 €	4.373,83 €	52.485,96 €		20.377,55 €		13.121,49 €
Gastos administrativos y corrientes									
Concepto							Importe del proyecto	% imputado a la subvención	Importe subvención
Social media							1.926,00 €	100,00%	1.926,00 €
Monitor deportivo							1.875,00 €	100,00%	1.875,00 €
Seguro RC, local y Prev.Riesgos Laborales							755,86 €	50,00€	377,93 €
Asesoría fiscal y contable							1.412,40 €	100,00%	1.412,40 €
Teléfono							336,00 €	100,00%	336,00 €
Alarma							294,66 €	100,00%	294,66 €
Transporte							656,52 €	100,00%	656,52 €
TOTAL GASTOS ADMINISTRATIVOS Y CORRIENTES							7.256,44 €		6.878,51 €
TOTAL GASTOS PERSONAL, ADMINISTRATIVOS Y CORRIENTES							27.633,99 €		20.000,00 €

	SERVICIO CANARIO DE SALUD	FONDOS PROPIOS OTROS FINANCIADORES	TOTAL
Asociación para la Diabetes de Gran Canaria (ADIGRAN)			
Personal	28.170,01 €	€	28.170,01 €
Gastos admin y corrientes	6.829,99 €	9.534,21 €	16.364,20 €
SUBTOTAL	35.000,00 €	9.534,21 € - €	44.534,21 €
Asociación para la Diabetes de Tenerife (ADT)			
Personal	28.739,95 €	€	28.739,95 €
Gastos admin y corrientes	6.260,05 €	3.900,00 €	10.160,05 €
SUBTOTAL	35.000,00 €	3.900,00 €	38.900,00 €
Asociación Majorera de Diabetes (AMADI)			
Personal	13.121,49 €	7.251,06 €	20.372,55 €
Gastos admin y corrientes	6.878,51 €	377,93 €	7.256,44 €
SUBTOTAL	20.000,00 €	7.628,99 € - €	27.628,99 €
TOTAL	90.000,00 €	21.063,20 € €	111.063,20 €

ANEXO. DOSSIER FOTOGRÁFICO





GESTIONANDO TU DIABETES CON BOMBA DE INSULINA

Lugar: Sede de Futuro Isleño - Avenida Diego Miller, 2. 1ª, Puerto del Rosario.
Fecha: 27 de abril
Hora: de 17:00 a 19:00
Ponente: Miriam Rodríguez Guillén (Educatora diabetológica del Hospital Insular)

Taller de formación

Organiza: **FAdiCAN**
Colabora: **novaglob**
Agradecimiento: **FUTURO ISLEÑO ACCIÓN SOCIAL**

TALLERES DE SCRAPBOOKING

El martes 18 de abril, el martes 25 de abril y el martes 2 de mayo. Horario: 9:30 a 10:30
Lugar: Sede de AMADI - Calle Vascungadas, 41, Puerto del Rosario.

Colabora: **FAdiCAN**

CHARLA Estilos de vida saludable para prevenir la diabetes tipo 2

Fecha de la actividad: **18 de enero de 2023**
Hora de la actividad: **17:30 p.m.**
Modalidad: **Zoom**

Fecha máxima de inscripción: **18 de Enero de 2023**
Actividad accesible en LSE
Puedes apuntarte a través de:
social.fuerteventura@fasican.org ☎ 681261601

¡Ánimate y participa!

Organiza: **FASiCAN**
Colabora: **Amadi**
Subvenciona: **SEPE**

Charlas sobre: "Alimentación saludable y movimiento consciente"

Este miércoles, 22 de marzo. En la Sede de FUTURO ISLEÑO ACCIÓN SOCIAL (Avda. Diego Miller, nº 2.1ª A). A las 16:30 h. Charla sobre: "Estilos de vida saludable, para prevenir la Diabetes tipo 1!" a cargo de Ada Isabella Caiero Llanes, coordinadora de proyectos de AMADI ("Asociación majorera para la diabetes")

Proyecto subvencionado por la Concejalía de Salud Pública del Ayuntamiento de Puerto del Rosario





Talleres de envejecimiento activo



Estimulación Cognitiva

Trabaja la atención, la memoria, el razonamiento, la fluidez verbal, la planificación.

Relajación y musicoterapia

Aprende técnicas de relajación y disfruta de la música a través de los sentidos.

Participación

Planteamos diferentes actividades sociales y lúdicas para que seas parte activa de un grupo.

PAJARA

Centro de Mayores de Pájara:
Martes 9:00 a 10:00

Centro de Mayores de La Fajita:
Miércoles de 10:00 a 11:00

Centro de Mayores de Morrojábal:
Miércoles de 11:30 a 12:30

673664755 info@amadiabatenorfe.org

Talleres de envejecimiento activo



Estimulación Cognitiva

Trabaja la atención, la memoria, el razonamiento, la fluidez verbal, la planificación.

Relajación y musicoterapia

Aprende técnicas de relajación y disfruta de la música a través de los sentidos.

Participación

Planteamos diferentes actividades sociales y lúdicas para que seas parte activa de un grupo.

BETANCURIA

TOODOS LOS MARTES

GRUPO 1: 10:00 a 11:00
Centro polideportivo del valle Sancajal

GRUPO 2: 17:00 a 18:30
Centro cultural De la Inga del Rio Palma

CONVENIO
12 DE SEPTIEMBRE

673664755 info@amadiabatenorfe.org

Talleres de envejecimiento activo



Estimulación Cognitiva

Trabaja la atención, la memoria, el razonamiento, la fluidez verbal, la planificación.

Relajación y musicoterapia

Aprende técnicas de relajación y disfruta de la música a través de los sentidos.

Participación

Planteamos diferentes actividades sociales y lúdicas para que seas parte activa de un grupo.

Puerto del Rosario

¿Dónde?

Puerto del Rosario: Calle de Almirante C/ Vascoengadas N.º 44, Barrio Fabao
Todos los jueves de 9:15 a 10:15

De Cañales del Ángel: Av.ºn Cañales del Ángel
Todos los viernes de 18:15 a 19:15

Teguise: CALLE DE SANTELMO, Teguise
Todos los jueves de 17:00 a 18:00.

673664755 info@amadiabatenorfe.org

FORMACIÓN CONTINUADA

ÁREA DE SALUD DE FUERTEVENTURA
TRABAJO SOCIAL SANITARIO ATENCIÓN PRIMARIA



MESAS INFORMATIVAS
11:30 A 14:00h
FORMACIÓN CONTINUADA
14:00 A 15:00h

C. S. "NYTOSIA"	02/10/2023
C. S. "CONGALEJO"	24/10/2023
C. S. "GRAN CANAL"	30/11/2023
C. S. "MORRO SABLE"	23/12/2023
C. S. "SANTO ANTON"	11/01/2024

ACTIVIDAD FÍSICA PARA MAYORES CON O SIN DIABETES

lugar: Plaza del Barrio Fabelo, todos los martes y jueves de 10:30 a 11:30

TOTALMENTE GRATIS
¡Ánimate y apúntate!



928940584-673664755

C/ Tenerife esquina Vascogadas s/n
en la plaza de Fabelo 35600 Puerto del Rosario



FAdiCAN









MÉTODO DEL PLATO

½ plato de verduras y hortalizas

¼ plato de alimentos ricos en hidratos de carbono complejos (pan, pasta, arroz, patata, legumbres...)

¼ plato de alimentos ricos en proteínas (pescado, huevos, carne y legumbres)



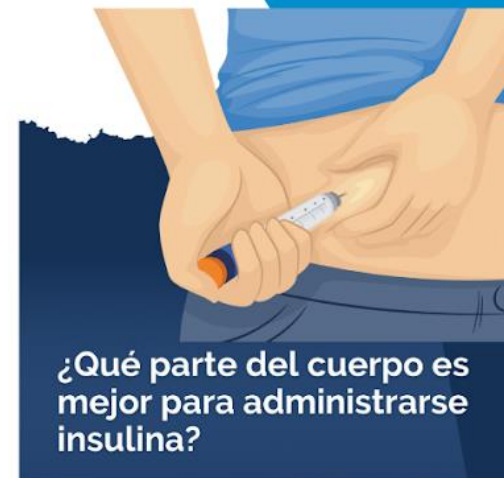
WWW.DIABETENERIFE.ORG



DIABETES TIPO 1 Y RENDIMIENTO ACADÉMICO



WWW.DIABETENERIFE.ORG



¿Qué parte del cuerpo es mejor para administrarse insulina?



FUENTE: SOCIEDAD ESPAÑOLA DE DIABETES (SED)





Atención psicosocial de los/as adolescentes con diabetes en consulta - Elsa Espinosa

Servicio Canario de Salud

Atención psicosocial de l@s adolescentes con diabetes en consulta

Elsa Espinosa Pozuelo.
Psicóloga sanitaria y coach de salud.
Asociación para la Diabetes de Tenerife

APORTANDO VALOR

Servicio Canario de Salud

ADT

KIT PARA CONSULTAS DIRIGIDO A PROFESIONALES

ADT

CONSIDERACIONES ESPECIALES:

- Cuidar:
 - Puntualidad
 - Información expuesta en la sala de espera (imágenes, folletos, etc con información actual y adecuada)
 - Interrupciones
- Valorar:
 - Incluir a un familiar y/o amigo
 - Uso adecuado del lenguaje 1 (referencia documento El lenguaje importa)

ANTES: PREPARA TU CITA

- Autochequeo
 - ¿Cómo me siento?
 - ¿Cómo quiero que me perciban?
 - ¿Qué espero de la consulta?
- Revisar historia y acontecimientos significativos para el/la paciente

DURANTE: ACTÚA

- Encuadre adecuado
- Mostrar cercanía y respeto
- Utilizar lenguaje verbal y no verbal adaptado a cada persona
- Escuchar de forma activa y validar emociones
- Crear agenda compartida (Ej: *te preguntamos de qué le gustaría hablar hoy*)
- Ayudar a trazarse metas realistas
- Reforzar cada logro por pequeño que sea y centrarnos en sus fortalezas
- Comprobar que la persona:
 - ha entendido
 - ha resuelto sus dudas
 - tiene claros los siguientes pasos

DESPUÉS: REFLEXIONA

- ¿He conseguido comunicarme como esperaba?
- ¿Logré mis objetivos para la consulta?
- ¿Respondí a las expectativas de la persona?
- ¿Puedo hacer algo para mejorar?

¿Y SI LA CONSULTA ES TELEMÁTICA?

- Asegurarnos de que la persona tiene la capacitación tecnológica* y que prefiere este sistema
- Trasladar a la persona previamente las normas básicas para realizar una consulta eficiente
- Comprobar ubicación de cámara, iluminación, ruido y fondo del lugar

*tener en cuenta que hay diversos recursos tecnológicos en Apartamentos, asociaciones que podemos recomendar

ASOCIACIÓN PARA LA DIABETES DE TENERIFE



ESTÁ DEMOSTRADO QUE FORMAR AL
PERSONAL Y A LA CLASE, Y
PERMITIRLES FLEXIBILIDAD EN EL
CUIDADO DE LA DMI BENEFICIA SUS
RESULTADOS DE GLUCEMIAS, SU
CALIDAD DE VIDA Y SALUD MENTAL.



WWW.DIABETENERIFE.ORG





ADI GRAN
ASOCIACIÓN PARA LA DIABETES DE GRAN CANARIA

I Congreso Escuela de Pacientes de Canarias

Auditorio Dr. Alfonso Medina, Hospital Universitario de Gran Canaria Dr. Negrín
17 marzo de 2023

9:30 h.
BIENVENIDA INSTITUCIONAL:
Presidente de Canarias, Ángel Viquez Torres
Ministra de Sanidad, Carolina Darias
Consejero de Sanidad del Gobierno de Canarias, José Trujillo
Directora del Servicio Canarias de la Salud, Elizabeth Hernández

10:00 h.
LA MESA REDONDA:
Qué aporta la formación "de paciente a paciente": 38 experiencias en la Escuela de Pacientes
Medina, Prokopi; Espinosa Arredondo de Sotillo, Patricia; Juan Carlos Muñoz

10:30 h.
RECONOCIMIENTO A PROFESIONALES Y PACIENTES ACTIVOS:
colaboradores de la Escuela de Pacientes de Canarias

11:30 h.
PAUSA

11:30 h.
TALLERES SIMULTÁNEOS: MEJORANDO MI CALIDAD DE VIDA
Taller de Cocina saludable
Taller de Ejercicio físico y Bienestar
Mindfulness y Relajación
Sneakers y Salud

12:30 h.
PAUSA SIN DULCE
Taller de Ejercicio físico y Bienestar basado en el uso de Apps
Taller de Ejercicio físico y Bienestar basado en el uso de Apps
Café y Mimosas

13:30 h.
PAUSA

13:30 h.
MESA DE EXPERIENCIAS: INICIACIÓN EN EL MANEJO DE LA DIABETES TIPO 2
Miguel Ángel Rodríguez Domínguez, Encarnación Rodríguez Domínguez, Ana María Rodríguez Domínguez

14:30 h.
PAUSA

15:30 h.
TALLERES SIMULTÁNEOS: MANEJO DE LA DIABETES TIPO 2
Taller de Ejercicio físico y Bienestar
Taller de Ejercicio físico y Bienestar
Taller de Ejercicio físico y Bienestar
Taller de Ejercicio físico y Bienestar
Taller de Ejercicio físico y Bienestar
Taller de Ejercicio físico y Bienestar

16:30 h.
MESA REDONDA: ASOCIACIONES DE PACIENTES
Miguel Ángel Rodríguez Domínguez, Encarnación Rodríguez Domínguez, Ana María Rodríguez Domínguez



SESION FORMATIVA

21 DE SEPTIEMBRE DE 2023
Horario: 17:30 a 19:30

Monitorización GLUCEMIA INTERSTICIAL
En la SALA DE PRENSA GRAN CANARIA ARENA

Impartec:
Laura Esther Guerrero Casanova
Endocrinóloga
Hospital Universitario de Gran Canaria Dr. Negrín
Miniam Rodríguez Guillén
Enfermera educadora
Hospital Universitario de Gran Canaria Dr. Negrín

ACTIVIDAD GRATUITA PARA SOCIOS
NO SOCIOS: 5 €

PROGRAMA

- Tipos de monitorización de glucosa. Conceptos Generales.
 - HbA1c
 - Glucemia capilar
 - Glucemia intersticial
 - Monitorización flash y continua
 - TIR (Tiempo en rango)
 - Componentes de un sensor
 - Inserción e inicio.
- Recomendaciones útiles y cuidados de la piel
- Información en la pantalla. Interpretación de la información (Valor de glucosa del sensor, gráfica de glucosa y flecha de tendencias)
 - Alarmas
 - Descarga de los datos en la plataforma.
 - App y Conectividad
 - El día a día con un sensor: Dudas frecuentes.
 - Ejemplos

DIRIGIDO A PACIENTES CON DIABETES

Con la colaboración de los laboratorios **Abbott**

ADI GRAN **Diabetes** **FAdiCAN** **Gobierno de Canarias**

CONOCER, PREVENIR Y CUIDAR LA DIABETES

Programa PFAE Santa María de Guía 2023

FAdiCAN
Federación de Asociaciones de Diabetes de Canarias

ADI GRAN

Gobierno de Canarias
Servicio Canario de la Salud



FORMACION PARA LA DIABETES en 4 sesiones

- 1 CONOCER LOS DIFERENTES TIPOS DE DIABETES, CÓMO PREVENIRLA Y MANEJAR UNA HIPOGLUCEMIA.
- 2 MITOS Y REALIDADES SOBRE LA DIABETES.
- 3 MANEJAR Y RECONDUCCION LAS EMOCIONES, EL CONTROL DEL ESTRÉS Y CONOCER SU REPERCUSION EN LAS GLUCEMIAS.
- 4 UNA ALIMENTACION SANA NOS PREVIENE DE MUCHAS ENFERMEDADES Y NOS HACE SENTIR MEJOR. APRENDEMOS A COMPRAR SANO Y BARATO

FORMACION DIRIGIDA A PERSONAS CON DIABETES EN EXCLUSION SOCIAL

ACTIVIDAD GRATUITA PLAZAS LIMITADAS

PARA MÁS INFORMACION: info@adigran.org
928 291 292

MARZO viernes 3, 10, 17, y 24

Horario: 10:00 h a 12:00 h

Lugar: FUNDACION CANARIA MAIN C/ Doctor Rafael García, 14 (Miller Bajo)

FAdiCAN
Federación de Asociaciones de Diabetes de Canarias

ADI GRAN

Gobierno de Canarias
Servicio Canario de la Salud

HIPOGLUCEMIA

≤ 70 mg/dl

SÍNTOMAS

Sudoración	Irritabilidad	Fatiga	Cansancio	Palidez
------------	---------------	--------	-----------	---------

ACTÚA

Consciente → **REGLA 15 x 15**

1. Detenemos toda actividad. ¿Lleva bomba? La paramos.
2. Determinar glucemia capilar.
3. Tomar 15gr de HC de absorción rápida.
4. Esperar 15 minutos y determinar glucemia
 - < 70 mg/dl. Repetir el paso tres.
 - > 70 mg/dl. Dar 15 gr de HC absorción más lenta.

Inconsciente → **No administrar NADA por boca**

1. Determinar glucemia capilar.
2. GLUCAGÓN subcutáneo o nasal. Administrar por un adulto.

LLAMAR 112

En nevera. NO congelar. A < 25° fuera de la nevera dura 18 meses.

Almacene en el tubo envuelto en plástico a 1° de hasta 30°C.

Para saber más acerca del glucagón nasal BAQ1010 y su conservación no dude en visitar la página oficial del medicamento: <http://www.baq1010.com/how-to-use-baq1010>

#CUIDATE

GLUCAGÓN NASAL

1. Destapamos el frasco que contiene el polvo de glucagón.
2. Retiramos el capuchón que cubre la aguja y la insertamos en el tapón de goma situado en la parte superior del frasco. Empujamos el émbolo de la jeringa para inyectar todo el líquido en el frasco de glucagón.
3. Sin retirar la aguja del frasco, lo agitamos o giramos suavemente para mezclar el contenido hasta que se haya disuelto por completo. La mezcla debe quedar incolora y transparente.
4. Introducimos el glucagón en la jeringa. Para hacerlo, sostenemos el frasco y la jeringa como aparece en el dibujo. Tiramos del émbolo hacia atrás para introducir el glucagón en la jeringa.
5. Es recomendable colocar a la persona de costado previo a la inyección, ya que puede vomitar después de esta. El glucagón puede ponerse en el brazo, muslo o nalga, y no hay que preocuparse por la ropa: la aguja la atraviesa.


¡RECUERDA!

Se debe usar el glucagón si el nivel de azúcar en sangre es inferior a 70 mg/dl y presenta síntomas de confusión, pérdida de conocimiento...

Sostenemos el dispositivo entre los dedos y el pulgar. **No empujaremos el émbolo todavía.**

Insertamos la punta suavemente en una fosa nasal hasta que los dedos toquen la parte exterior de la nariz.

Empujamos el émbolo firmemente hasta el fondo. La dosis está completa cuando desaparece la línea verde.



Video explicativo

MITO & REALIDAD

“Si me pincho más insulina puedo comer todo lo que quiera”



FAdiCAN

Gobierno de Canarias

GESTIONANDO EL MIEDO A LAS HIPOGLUCEMIAS

¿SIEMPRE MIEDO A ENFRENTARTE A UNA HIPOGLUCEMIA? Aquí te damos 6 claves que te pueden ayudar a gestionar ese temor.



FAdiCAN

Gobierno de Canarias



