MEMORIA
ANUAL

2024

ASOCIACIÓN
PARA LA **DIABETES**
DE GRAN CANARIA

ADI GRAN

1. ADIGRAN

1.1. PRESENTACIÓN

Adigran (Asociación para la Diabetes de Gran Canaria) es la única Asociación de Diabetes de Gran Canaria. Inició su andadura como asociación en el año 1992. En un principio estaba formada por voluntarios, personas con diabetes y familiares que se ofrecían apoyo unos a otros.

En el año 2006 se dio un gran paso profesionalizando la asociación. De esta manera, se pudo empezar a ofrecer ya un servicio profesional especializado y de calidad. Hasta la fecha hemos seguido nuestra labor de sensibilizar, formar, prevenir, atender, reivindicar y visibilizar la diabetes en la población de Gran Canaria. Como enfermedad crónica que es, se hace indispensable el tratamiento integral de la persona con diabetes. Nuestro equipo, compuesto por una psicóloga, trabajadora social y nutricionista realiza una labor educativa, preventiva, psicosocial y de asesoramiento en todas las facetas de la enfermedad; no sólo dirigido a las personas con diabetes, sino a sus familiares y a la población en general.

Desde los servicios sanitarios se cubre la atención médica necesaria pero no suficiente para esta enfermedad crónica. El diagnóstico de la diabetes no sólo afecta a la salud física de la persona, sino que tiene un alcance mayor:

Implica una reorganización de los hábitos de alimentación y por tanto familiar de roles y funciones en el sistema familiar.

Un aprendizaje de alimentación saludable y adaptada a las necesidades diarias (según edad, actividad física, cantidad de insulina...) que son variables y diversas.

Reorganización laboral. Cuando el diagnóstico es de un menor un miembro de la pareja deja de trabajar o realiza reducción de jornada laboral de trabajar para aplicar los controles o inyecciones de insulina al menor, con lo cual merma la capacidad económica familiar justo cuando las demandas son mayores.

La persona debe asumir su nueva condición de “persona con enfermedad crónica” con todos los estereotipos y falsos mitos que perduran en la sociedad. Además de consigo mismo debe enfrentarse a un ambiente (escolar, laboral) que estereotipa a la persona y en ocasiones dificulta su integración con normalidad.

La Asociación para la Diabetes de Gran Canaria (ADIGRAN) es miembro de la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DIABETES (Fede) a través de la FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE DIABETES DE CANARIAS (FAdiCAN), que engloba a las Asociaciones de Diabetes de La Palma (ADIB), Gran Canaria (ADIGRAN) Fuerteventura (AMADI) y Tenerife (ADT).



Sede provisional:
Paseo de San Antonio, 111
35012, Las Palmas de Gran Canaria
Teléfono: 928.291.292
e-mail: info@adigran.org

1.2. MISIÓN, VISIÓN Y VALORES DE ADIGRAN

• **Misión**: Mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes, sus familias y entorno cercano, ofreciendo acogida en el debut y una atención integral y prevenir el avance de la diabetes en nuestra comunidad.

• **Visión**: Constituir una entidad de referencia en la defensa de los derechos de las personas con diabetes y sus familias, así como en el desarrollo de recursos sociales, sanitarios y económicos para mejorar la calidad de vida del colectivo con diabetes dentro de nuestra sociedad y con el objetivo de encontrar una cura para esta enfermedad.

• **Valores**:

- Implicación, Compromiso y Responsabilidad: Nos mueve la implicación, el compromiso y la responsabilidad de todos los integrantes de la asociación con la Misión de la Entidad.

- Igualdad e Integración: Promovemos la igualdad de oportunidades y la inclusión para una sociedad más justa y normalizada, en la que todos seamos valorados y respetados por nuestras capacidades.

- Cooperación: La colaboración y apoyo entre profesionales, miembros de la entidad, otras entidades sociales, instituciones y miembros de otros sectores de la sociedad para alcanzar objetivos comunes.

- Participación: Buscamos la máxima participación de nuestros socios, trabajadores y otros agentes sociales para implicarles en nuestros proyectos y conseguir una mayor sinergia en la consecución de nuestros objetivos.

- Innovación: Búsqueda constante a nuevas alternativas y capacidad para adaptarse a los cambios socioeconómicos y a las necesidades individuales de las personas para alcanzar nuestras metas.

- Perseverancia: El esfuerzo y la constancia en el trabajo día a día en la realización de nuestros proyectos para la consecución de nuestros objetivos.

- Empatía: La comprensión, asertividad, la escucha activa y el entendimiento como base del trato entre las personas con las que nos relacionamos día a día. Escuchar las necesidades y respetar las diferencias como base de la interrelación y del conocimiento de nuestros iguales.

- Transparencia: Transmitir claridad y accesibilidad en la gestión interna, así como a la información en relación a nuestras actividades como al uso ético de nuestra infraestructura y nuestros recursos materiales, técnicos y humanos.

1.3. FINES DE ADIGRAN

Los fines de la Asociación son los siguientes:

Proporcionar

- La necesaria cultura e información diabetológica a las personas con diabetes, familiares, educadores y a la comunidad en general.

Constituir

- Un foro de discusión de los problemas que afectan a la población con diabetes, estudiando y en su caso asesorando es estos aspectos sobre los problemas de índole escolar, laboral, social, etc., específicamente relacionados con el padecimiento de la diabetes.

Proteger

- Al niño y al joven con diabetes en su etapa de escolaridad y aprendizaje profesional, configurándose en este sentido como entidad prestadora de la diabetes.

Fomentar

- La participación de los jóvenes, facilitándoles las herramientas necesartias para que desarrollen una conciencia crítica, y una actitud responsdable y colaborativa en la sociedad, en cuanto al control de la diabetes, así como en otros aspectos de la vida.
- El empoderamiento de la población inmigrante , a través de la participación, facoreciendo su vinculación con la sociedad de acogida, favoreciendo la integración y su calidad de vida, bienetar físico y social.
- La cultura de la salud, mediante el fomento de hábitos de vida saludables.

Atender

- A la población más desfavorecida ya tenga diabetes, o esté en riesgo de padecerla, informando y educando para evitar que un mal control de la diabetes suponga mayor riesgo de exclusión.

Establecer

- Sinergias con entidades destinadas a cubrir las necesidades básicas de la población en situación de exclusión, para colaborar en los casos de nuestros asociados o población con diabetes en general.

Promover

- El empoderamiento individual y colectivo de las mujeres y niñas con diabetes desde una perspectiva de género inclusiva.
- El estudio de la diabetes en el terreno de la investigación experimental y clínica y de su tratamiento, prestando a estos propósitos la ayuda necesaria.
- El voluntariado, como elemto de participación y colaboración social formando parte activa de la asociación, formándolos a tal fin.

Ejecutar

- Aquellos proyectos que tiendan a facilitar mayores comodidades de los servicios de los asociados, promoviendo la celebración de charlas y demás actos de tipo cultural y social.

Defender y reivindicar

- Los derechos de las personas con diabetes para conseguir su plena integración social, previendo a tal fin las asesorías precisas y emprendiendo las acciones legales que fueran necesarias en orden a denunciar actitudes discriminatorias en el terreno escolar, laboral o social.
- Una adecuada asistencia médica de la diabetes en Canarias y a tal fin, conseguir la constitución de instalaciones hospitalarias y extra hospitalarias adecuadas y la formación médica específica con un abordaje integral y multidisciplinar.

Conseguir

- La ayuda necesaria de las Administraciones Públicas para la prevención, tratamiento y lucha contra la diabetes, así como de sus complicaciones derivadas.

Participar y colaborar

- En todas aquellas organizaciones regionales, estatales e internacionales relacionadas con la diabetes, siempre que pueda representar una defensa de este colectivo.
- En promover el estudio de la diabetes en el terreno de la investigación experimental y clínica.
- En general, en todas aquellas actividades que contribuyan al logro de los fines antes mencionados y que sirva para mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes en general.

Instar

- A la Comunidad Autónoma, Ayuntamientos y Cabildos en las ramas de Asuntos Sociales, trabajo y hacienda para lograr los apoyos sociales y laborales adecuados a la plena integración laboral de las personas con diabetes

1.4. ESTRUCTURA ORGÁNICA

La Asamblea General es el órgano supremo de la Asociación, integrada por todos los asociados, de pleno derecho (con voz y voto) y los honorarios (con voz y sin voto), que adoptará sus acuerdos por principio mayoritario o de democracia interna.

La Junta Directiva es el órgano de representación que gestiona y representa los intereses de la Asociación, de acuerdo con las disposiciones y directivas de la Asamblea General.

2. BENEFICIARIOS, SOCIOS, PERSONAL Y VOLUNTARIOS

2.1. BENEFICIARIOS

Calculamos que los **beneficiarios directos** son los **688 socios** de Adigran, así que, si suponemos unidades familiares de 4 miembros por socio, los beneficiarios de las acciones que se realizan en Adigran, serían **2.752 personas**, porque estas actividades tienen reflejo tanto en las propias personas con diabetes de la asociación como en su ámbito social más cercano y próximo.

Cuando nos referimos a actividades de formaciones grupales de proyectos o a profesionales sociosanitarios, realizadas por Adigran, es difícil de calcular, ya que los **beneficiarios directos** serían las probables **80.107** personas con diabetes registradas en Gran Canaria en el año 2018 (según el último informe de la Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias) y como **indirectos** sus familias y entorno cercano, aproximadamente **320.428 personas.**

En cuanto a las actividades en materia de sensibilización y prevención, van dirigidas a toda la población de Gran Canaria, tengan diabetes ellos o sus familiares (prevención de complicaciones) o no padezcan diabetes (prevención de la obesidad y factores de riesgos asociados). Todo ello, sin valorar el alcance que podemos tener con nuestra Página Web y Redes Sociales.

El perfil de los beneficiarios de las actividades realizadas por Adigran para sus socios, es totalmente heterogéneo, (niños, adolescentes, padres, adultos con diabetes tipo 2 o en riesgo de padecerla, familiares). El único dato en común de todos ellos es tener diabetes y/o familiar de persona con diabetes. También personas con sobrepeso y riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

2.2. SOCIOS

Nº de socios en situación de alta a 31 de diciembre de 2024, **727**

TOTAL ALTAS 2024	TOTAL BAJAS 2024
49	10

2.3. PERSONAL CONTRATADO



Coordinadora

- Tareas administrativas propias de la entidad.
- Atención y asesoramiento a socios/as y colaboradores.
- Acompañamiento Hospitalario en el Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno Infantil.
- Supervisión, ejecución, elaboración y justificación de proyectos.
- Coordinación de los equipos de trabajo.
- Búsqueda de financiación y colaboraciones.
- Relaciones institucionales y con otras organizaciones o plataformas.



Trabajadora Social

- Servicio de Información, Orientación y Valoración a socios/as.
- Atención y asesoramiento a socios/as y colaboradores.
- Formulación, elaboración, ejecución, evaluación y justificación de proyectos.
- Búsqueda y gestión de subvenciones y otros medios de financiación.
- Formulación y tareas de gestión y planificación de actividades.



Nutricionista

- Atención nutricional individual y/o grupal.
- Formación a profesionales (centros educativos, equipos de Servicios Sociales, personal sociosanitario).
- Formación a socios/as de la Asociación.
- Ejecución proyectos y actividades llevadas a cabo desde Adigran.
- Atención nutricional a domicilio, especialmente en el debut.



Psicólogo

- Atención psicológica individual y/o grupal.
- Atención específica en el debut.
- Formación a socios/as de la Asociación.
- Formación a profesionales (equipos de Servicios Sociales, personal sociosanitario).
- Acompañamiento hospitalario en el Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno Infantil.
- Atención psicológica a domicilio (visitas domiciliarias).



- Dinamización socios.
- Elaboración diseños material divulgativo.
- Gestión de Redes Sociales.
- Ejecución programa radiofónico
- Tareas Administrativas.

Animador sociocultural



- Actividad Física para mujeres
- Dinamización encuentro proyecto Igualdad

Educador Físico

2.4. VOLUNTARIADO

El voluntariado es un elemento imprescindible en nuestra organización. Sin ellos, sería imposible llevar a cabo de manera óptima nuestra labor.

Nuestros voluntarios son, mayormente, monitores que se han ido incorporando de manera progresiva.

Han empezado siendo usuarios de nuestras actividades o servicios y, a medida que van adquiriendo más experiencia, asumen una implicación mayor en nuestra organización.

También contamos con profesionales sanitarios del mundo de la diabetes principalmente, o que se han formado con nosotros para poder desarrollar sus funciones con este colectivo.

El número de voluntarios con el que contamos es **50 voluntarios/as**.

Cualificación	Actividad que desarrolla	Número
Endocrino/a pediátrico	Formación, asesoramiento, campamentos	3
Trabajadora social	Apoyo social	1
Enfermera educadora en diabetes	Formación, material educativo, talleres, campamento de verano y día mundial	7

Enfermera	Campamento de verano y campañas de detección, día mundial	10
Endocrino/a	Formación, asesoramiento.	2
Médico residente	Campamento de verano	2
Pediatra	Campamento de verano, charlas, talleres	2
Psicóloga	Formación y asesoramiento	1
Odontólogo	Día Mundial y talleres	1
Auxiliar de enfermería	Apoyo dinamización entidad	1
Monitores	Apoyo dinamización entidad	12
Dietista/nutricionista	Talleres y Día Mundial	1
Educador físico	Campamento de verano y dinamización entidad	2
Educadora Social	Apoyo y dinamización de la entidad	1
Farmacéutico	Campañas de sensibilización y detección precoz, acciones de divulgación	4

3. SERVICIOS Y PROYECTOS

3.1. CONTEXTO ACTUAL

Este año 2024, a pesar de haber disminuido la dotación económica recibida por parte de la administración, hemos conseguido, a través del aumento de las acciones del voluntariado, no mermar demasiado las asistencias y servicios prestados por la entidad. Este hecho ha dificultado cubrir toda la demanda existente, la cual ha experimentado este año un aumento que evidencia la necesidad real de nuestras acciones en la entidad a través del apoyo, el acompañamiento para empoderar al usuario/a y cubrir las necesidades del colectivo.

Nuestro objetivo principal se enmarca en mejorar de la calidad de vida de las personas con diabetes y su entorno, así como prevenir las posibles complicaciones asociadas a la enfermedad, además, de retrasar su aparición o prevenirla en el caso de DM2 fomentando los hábitos de vida saludables. Por tanto, el fácil acceso a los servicios, las acciones tanto individuales como grupales, los campamentos, encuentros, las charlas-taller, etc. permiten

aumentar la efectividad y enriquecer a un mayor número de población en Gran Canaria.

Además, se siguen manteniendo servicios que facilitan la asistencia a la asociación, como la atención telemática. Esta labor es de gran importancia ya que puede acceder no sólo la población insular sino ampliando parte de nuestra labor a personas de otras islas donde carecen de este tipo de recursos llegando así a mayor número de beneficiarios.

3.2. SERVICIO DE INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y VALORACIÓN A PERSONAS CON DIABETES, FAMILIARES Y POBLACIÓN EN GENERAL (SIOV)

Descripción. Este SIOV engloba las distintas acciones de asesoramiento, ya sea vía telefónica, presencial o vía email a personas con diabetes, familiares y población en general.

Objetivos:

- Mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes y sus familiares, con la consiguiente repercusión en la prevención de las complicaciones derivadas del mal control.
- Prevenir el avance de la enfermedad en la población en general.

Profesionales. Antonio Santana, psicólogo clínico; Montserrat Moreno, nutricionista; Saray Rodríguez, trabajadora social; Lidia Blanco, coordinadora y experta en diabetes.

Ubicación. ADIGRAN.

Fecha. Todo el año.

Nº de acciones. Se atendieron **1196 atenciones.**

Acción	**Consultas**
Acogidas y atención al debut	211
Problemática en la escuela	229
Información sobre derechos laborales y sociales, bajas, prestaciones, certificados de discapacidad, oposiciones	218
Reclamaciones sanitarias	17
Información sobre el manejo de la enfermedad, actividad física, alimentación, insulinas, NNTT (bombas, sensores, iport)	214
Información sobre los servicios de la asociación	307

3.3. ABORDAJE INTEGRAL DE LA PERSONA CON DIABETES Y SU FAMILIA

Descripción. Consultas con el equipo multidisciplinar de la asociación, abordando al paciente desde una perspectiva biopsicosocial:

- Psicólogo clínico: Atención en el debut. Afrontamiento y superación de los trastornos asociados como la ansiedad, el estrés, la depresión, ofreciendo herramientas que favorecen un mayor bienestar y adherencia al tratamiento.
- Trabajadora social: Asesoramiento y ayuda en los trámites para solicitar tanto la prestación para el cuidado de menor con enfermedad crónica como el certificado de discapacidad. Mediación de conflictos en el entorno familiar, escolar y laboral.
- Nutricionista: Asesoramiento nutricional y control de peso en diabetes y prediabetes. Educación nutricional en el ámbito de la educación diabetológica. Adaptación de menús según características individuales, edad, otras patologías, etc.
- Enfermera voluntaria: Educación diabetológica adaptada a las distintas etapas, momento del diagnóstico, adolescentes, diabetes tipo 2. Educación diabetes gestacional y pregestacional.
- Coordinadora y experta en diabetes: Coordinación equipos, asesoramiento y mediación en el entorno familiar, escolar, laboral y con las Administraciones Públicas.

Objetivos.

Formar y capacitar a las personas con diabetes y sus familiares en el manejo y autocontrol de la enfermedad para conseguir una mayor adherencia al tratamiento y prevenir complicaciones.

Profesionales. Antonio Santana, psicólogo clínico; Montserrat Moreno, nutricionista; Saray Rodríguez, trabajadora social; Lidia Blanco, coordinadora y experta en diabetes.

Nº de acciones. Se realizaron **998 atenciones** vía telefónica, email y presencial mediante el Servicio de Información, Orientación y Valoración; 491 atenciones sociales e informativas, 438 consultas psicológicas y 69 consultas nutricionales a lo largo de todo el año 2.024.

Ubicación. ADIGRAN.

Fecha. Todo el año.

3.4. ESCUELA DE DIABETES DESTINADA A PACIENTES Y USUARIOS

Descripción. Sesiones grupales formativas impartidas por el equipo multidisciplinar de la asociación, donde se lleva a cabo un abordaje biopsicosocial que se enriquece con la participación del grupo de asistentes.

Objetivos:

- Formar y capacitar a las personas con diabetes y sus familiares en el manejo y autocontrol de su diabetes para conseguir una mayor adherencia al tratamiento y prevenir las complicaciones de la enfermedad.
- Formar y capacitar a los profesionales de centros educativos para una correcta atención al alumnado con diabetes para favorecer su plena integración escolar y social.

Beneficiarios. Estas sesiones van dirigidas tanto a adultos con diabetes y familiares, a padres y madres de niños y adolescentes con diabetes, a grupos de niños y/o adolescentes y su entorno.

Profesionales. Antonio Santana, psicólogo clínico; Montserrat Moreno, nutricionista; Saray Rodríguez, trabajadora social; Lidia Blanco, coordinadora y experta en diabetes; Carlos Medina, educador físico.

Nº de acciones: 51 acciones, con un alcance de 459 personas.

3.5. FORMACIÓN A PROFESIONALES SANITARIOS, SS.SS Y EDUCATIVOS

Muchos profesionales de distintos ámbitos, sanitarios, servicios sociales, educativos y deportivos nos demandan formación específica en diabetes para poder tratar con mayor conocimiento con sus pacientes o usuarios con diabetes.

Este año se han llevado a cabo las siguientes formaciones:

FORMACIÓN	UBICACIÓN	FECHA	IMPARTIDA POR
Integración escolar del menor con diabetes.	CEIP Nuestra Sra. De las Nieves	08 de abril	Lidia Blanco/Saray Rodríguez
Diabetes y Obesidad	Sede Adigran	25 de septiembre	Lidia Blanco y Montse Moreno
Prevención y cuidados del pie diabético	Sede Adigran	21 de noviembre	Agustín Medina Falcón (MIr de Angiología y Cirugía Vascular
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno escolar	CEIP 20 de enero	19 de febrero	Lidia Blanco
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno escolar	CEIP LUCÍA JIMÉNEZ OLIVA	26de febrero	Lidia Blanco
Atención e integración del menor con diabetes en el	CEIP ARTEMI SEMIDÁN	04de marzo	Lidia Blanco

entorno escolar			
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno escolar	CEIP CIUDAD DEL CAMPO	22 de abril	Lidia Blanco
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno escolar	CEIP SALVADOR MANRIQUE DE LARA	07 de octubre	Lidia Blanco
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno escolar	CEIP HILDA ZUDÁN	21 de octubre	Lidia Blanco
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno escolar	CEIP PADRE COLLADO	23 de octubre	Lidia Blanco
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno escolar	CEIP LAS TORRES	18 de noviembre	Lidia Blanco
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno escolar	CEPA SAN BARTOLOMÉ DE TIRAJANA	10 de abril	Lidia Blanco/Montserrat Moreno
Atención e integración del menor con diabetes en el entorno deportivo	CLUB BALONMANO LANZORATE	07 de mayo	Lidia Blanco
Atención al alumnado con diabetes	IES NOROESTE-CICLO FORMATIVO TÉCNICOS EDUCACIÓN INFANTIL	09 de mayo	Lidia Blanco/Montserrat Moreno
Atención a usuarios/as con diabetes	IES NOROESTE - CICLO FORMATIVO TÉCNICOS ATENCIÓN A PERSONAS EN SITUAICÓN DE DEPENDENCIA	09 de mayo	Lidia Blanco/Montserrat Moreno
Atención a usuarios/as con diabetes	APROSU	11 de abril	Lidia Blanco/Montserrat Moreno
Atención a usuarios/as con diabetes.	PFAE VALLESECO - ATENCIÓN SOCIOSANITARIA EN	30 de octubre	Lidia Blanco/ Laura y Melania (voluntarias)

	INSTITUCIONES Y EN DOMICILIO		
Nutrición: Alimentación y diabetes.	PFAE VALLESECO - ATENCIÓN SOCIOSANITARIA EN INSTITUCIONES Y EN DOMICILIO	16 de diciembre	Luis Sánchez y Mariana Pelayo (voluntaria)
Consideraciones nutricionales con los pacientes con diabetes	CENTRO SALUD GÁLDAR	04 de abril	Montserrat Moreno
Formación práctica sobre atención al alumnado con diabetes y tecnología	AEROMÉDICA	02 y 03 de dicembre	Lidia Blanco/Eli Caballero
Formación práctica sobre atención al alumnado con diabetes y tecnología	AEROMÉDICA	04 y 05 de dicembre	Lidia Blanco/Eli Caballero
Formación práctica sobre atención al alumnado con diabetes y tecnología	AEROMÉDICA	10 y 13 de dicembre	Lidia Blanco/Eli Caballero
Formación práctica sobre atención al alumnado con diabetes y tecnología	AEROMÉDICA	14 y 17 de dicembre	Lidia Blanco/Eli Caballero

3.6. PROGRAMA “MUÉVETE POR TU SALUD”

Descripción. La finalidad de este proyecto es concienciar y promover los hábitos saludables entre la población joven de Gran Canaria, remarcando la especial importancia de incorporar ejercicio físico y una alimentación sana para evitar la obesidad, y la posible aparición de diabetes tipo 2 o, por el contrario, llevar un control y mejora de dicha enfermedad en caso de padecerla.

Beneficiarios. Población infantil y juvenil de los distintos municipios de Gran Canaria, en colaboración con los centros educativos de la isla.

Financiador. Servicio Canario de Empleo y Servicio Público de Empleo Estatal.

Profesionales. De octubre de 2023 a mayo de 2024: Marta Carratalá/Arianna Cruz, enfermeras; Sonia Pérez, animadora socio cultural, Enrique Frade, educador físico, Svetlana Suárez, técnico en marketing y publicidad.

Ubicación. Centros escolares de la isla de Gran Canaria.

Este proyecto es un proyecto de continuidad que se lleva a cabo desde hace años, teniendo una gran aceptación por parte de los centros educativos. Esto se demuestra con las encuestas realizadas donde en la mayoría de los casos

se valora de manera muy positiva y necesaria en el aprendizaje del alumnado y, en que cada año superamos las expectativas en cuanto al número de centros que nos solicitan esta formación en diabetes, tanto si hay algún menor con la enfermedad como en materia de prevención para evitar tener en un futuro diabetes tipo 2

Una vez concluido, y tras cuantificar los datos, la suma final de beneficiarios es de **6.230 entre alumnos/as y profesorado.** El número de centros educativos visitados este año han sido **82 centros, abarcando a los 21 municipios** de la isla. A todo ello hay que sumar la población a la que se llegó a través de las publicaciones en Redes Sociales.

3.7. PROGRAMA: ¡MANTÉN A RAYA TU DIABETES!

Descripción. Este proyecto se ha sido financiado por el Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria, dirigido a trabajar con personas y sus familias, en riesgo de exclusión social que tienen diabetes o con un diagnóstico de prediabetes para mejorar su calidad de vida y así tener una plena integración en su vida diaria. El objetivo general de este es fomentar la integración social de las personas en riesgo de exclusión social con diabetes, prediabetes o en riesgo de padecerla en Las Palmas de Gran Canaria. Al mismo tiempo, presenta dos objetivos generales:

1. Fomentar la integración social de las personas en riesgo de exclusión social con diabetes, prediabetes o en riesgo de padecerla en el municipio de Las Palmas de Gran Canaria.
2. Sensibilizar y fomentar la inclusión social de las personas con diabetes en el ámbito público-social.

Financiador. Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria.

Profesionales. Antonio Santana, psicólogo clínico; Montserrat Moreno, nutricionista; Saray Rodríguez, trabajadora social; Lidia Blanco, coordinadora y experta en diabetes y Luis Sánchez, técnico en animación sociocultural.

Ubicación. Municipio de Las Palmas de Gran Canaria.

Bajo el paraguas de este proyecto se llevaron a cabo actividades de:

- SIOV – Servicio de Información, Orientación y Valoración
- Atenciones individualizadas por parte de nuestros profesionales.
- Talleres grupales de las distintas áreas.
- Sesiones formativas.
- Campañas de sensibilización.
- Acompañamientos al debut.

Resultados. Los resultados previstos según la última reformulación, una vez se tuvo conocimiento de la no cofinanciación por parte del Cabildo de Gran canaria.

ACTIVIDAD	METAS PREVISTAS	METAS LOGRADAS
SIOV	130 beneficiarios	151
ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA MULTIDISCIPLINAR	**75 atenciones**	**82 atenciones**
ATENCIÓN Y GESTIÓN DE DEMANDAS	8	7
FORMACIÓN SS.SS. MUNICIPALES Y ENTIDADES SOCIALES	1 sesón - 15 profesionales	2 sesiones - 20 profesionales 11/10/24 Distrito Centro 18/11/24 Distrito Ciudad Alta
FORMACIONES AL VOLUNTARIADO	2 sesiones - 14 voluntarios	2 sesiones - 21 voluntarios/as 14/09/24 y 12/11/24
ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN	1 Acción en calle 4 acciones en RR.SS	1 Acción en calle: 20/10/24 Parque del Rincón 4 acciones en RR.SS
CHARLAS-TALLERES A USUARIOS	1 taller nutricional con 15 asistentes	1 taller 25/09/24 al que asisten 5 usuarios.
TALLER COCINA Y SOSTENIBILIDAD	2 talleres con 12 participantes.	17/12/24 1 sesión con 8 participantes.
FORMACIONES A USUARIOS DE ENTIDADES SOCIALES MUNICIPALES	1 sesión formativa en 2 entidades sociales	03/12 Centro Cear 21/03 Centro Gánigo 34 participantes.
ELABORACIÓN MATERIAL DIDÁCTICO	4 materiales formativos y divulgativos	Se realizaron 4 materiales informativos digitales

3.8. PROGRAMA: ATENCIÓN A LA DIABETES Y PREVENCIÓN DE SUS COMPLICACIONES EN CANARIAS

Descripción. Proyecto desarrollado conjuntamente con las asociaciones integrantes de FAdiCAN (Federación de Asociaciones de Diabetes de Canarias). Las asociaciones han llevado a cabo una serie de actividades para conseguir unos objetivos propuesto para el año 2023.

Como principales objetivos se plantearon, en primer lugar, 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 y, en segundo lugar, 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.

Como objetivos específicos comunes se plantearon algunos más:

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 sanitarios, 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.
4. Fomentar una adecuada información en diabetes a través de material informativo, nuestras webs y RRSS
5. Facilitar información sobre la diabetes, sus factores de riesgo, síntomas, tratamiento y prevención.
6. Difundir información clara y accesible a través de nuestras páginas webs y RRSS.

Financiador. Servicio Canario de la Salud – Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias.

Beneficiarios. 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, además de profesionales de entidades sociales y sanitarias. La Población en general.

En el caso de los beneficiarios de forma indirecta, podemos concluir que son todas aquellas personas que se encuentran en el entorno del paciente con diabetes o en riesgo de padecerla, y que se benefician de los conocimientos, habilidades y hábitos de vida aprendidos durante la implementación del proyecto. Nos referimos a familia extensa, compañeros/as del ámbito educativo o laboral del paciente, entorno social...

Profesionales. Antonio Santana, psicólogo clínico; Montserrat Moreno, nutricionista; Saray Rodríguez, trabajadora social; Lidia Blanco, coordinadora y experta en diabetes y Luis Sánchez, técnico en animación sociocultural.

Ubicación. Isla de Gran Canaria

Resultados:

ACTIVIDAD	Nº BENEFICIARIOS /ATENCIONES PREVISTOS	Nº BENEFICIARIOS /ATENCIONES REALES
ATENCIÓN AL DEBUT	15 beneficiarios	19 beneficiarios
CONSULTAS PROFESIONALES	60 atenciones	61 atenciones
CHARLAS, COLONIAS, WEBINAR, JORNADAS FORMATIVAS, ACTIVIDADES DMD, FERIAS	20 acciones	36 acciones
Nº PARTICIPANTES EN LAS ACTIVIDADES	350 participantes	853 participantes

ACTIVIDAD	Nº BENEFICIARIOS /ATENCIONES PREVISTOS	Nº BENEFICIARIOS /ATENCIONES REALES
MATERIALES ELABORADOS	10	15
Nº PUBLICACIONES	25	83
ALCANCE ACUMULADO	50000	106185

Las actividades desarrolladas en este proyecto son las siguientes:

- Primera acogida: información, orientación y valoración.
- Atención individualizada: Atención social, atención psicológica, atención nutricional.
- Educación diabetológica.
- Escuela de diabetes.
- Formación a equipos profesionales: centros educativos, profesionales sanitarios, entidades no lucrativas, recursos sociales públicos, recursos deportivos, empresa privada.
- Elaboración de materiales audiovisuales e impresos de información y sensibilización sobre la diabetes.
- Día Mundial de la Diabetes.
- Día Mundial de la Salud.
- Colonia de verano de menores que conviven con la diabetes.
- Difusión del proyecto.
- Representación ante las administraciones.

3.9. PROGRAMA DIABETES, ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE (DIAFD)

Descripción. Este programa, con el lema ENTRENA TU DIABETES, se ha creado con el objetivo principal de la promoción de la actividad física y del deporte de forma segura y pautada por profesionales especializados en actividad física diabetes.

Objetivos.

- Introducir la actividad física y el deporte como pilar fundamental en el tratamiento y control de la diabetes en hospitales y centros de salud.

- Generar una base de datos estadística que pruebe la eficacia del programa en la salud de la población con diabetes.

- Reducir el gasto sanitario ocasionado por los efectos derivados de unos malos hábitos de vida en la diabetes como el sedentarismo.

- Reducir la obesidad a través de la actividad física y el deporte en niños menores de 16 años.

- Mejorar la salud de las personas con diabetes y reducir las comorbilidades de la diabetes a través de la práctica del ejercicio físico pautado.

Beneficiarios. El proyecto está destinado principalmente a personas con diabetes, tanto tipo 1 como tipo 2, cualquier otro tipo de diabetes o prediabetes. Igualmente podrán beneficiarse de este programa las personas en riesgo de desarrollar diabetes.

Financiador. Instituto Insular de Deportes – Consejería de deportes del Cabildo de Gran Canaria.

Ubicación. Isla de Gran Canaria

Las actividades llevadas a cabo bajo el marco de DIAFD han sido:

- Formaciones a pacientes.
- Formaciones a profesionales de la actividad física.
- Formaciones a profesionales sanitarios.
- Coordinación con los diferentes centros de salud y hospitales para la derivación de pacientes.
- Participación en diferentes congresos y jornadas.
- Sesiones semanales de entrenamiento dirigido en distintos municipios de la isla.
- Organización y participación en eventos Deportivos:
    - **Flúor Moon Diabetes,** con más de un millar de participantes y organizada con el Ayuntamiento de Ingenio.
    - **Olimpiadas por la diabetes,** con la colaboración del Ayuntamiento de Telde.

Este convenio terminó su ejecución en Abril de 2024.

3.10. PROGRAMA INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL EN MENORES ADOLESCENTES CON DIABETES

Descripción. Con este programa, cuyo lema fue *"TENGO DIABETES...¿Y QUÉ?"* se atendió a adolescentes con diabetes tipo 1 y tipo 2 y prevenir la aparición de la diabetes tipo 2 a través de la promoción de hábitos de vida saludable en la adolescencia.

Objetivos.

- Acompañar a el/la adolescente a través de la atención individual, nutricional, social y psicológica.
- Desarrollar espacios grupales seguros entre los/las jóvenes.
- Promover hábitos de vida saludables.

Beneficiarios. El proyecto destinado principalmente a adolescentes llegó a 98 beneficiarios/as directos, distribuidos en dos grupo principales: 33 adolescentes (entre 12 y 18 años), 15 niños y niñas que se han beneficiado del

programa de mentoría de los adolescentes y los padres y madres, y entorno cercano de los mismos.

Financiador. Fundación Disa y Consejería de Juventud del Cabildo de Gran Canaria.

Ubicación. Isla de Gran Canaria

Las actividades llevadas a cabo han sido:

- 33 Atenciones individuales a los/las jóvenes.
- 5 encuentros de ocio y tiempo libre.
- 7 formaciones grupales de diferentes temáticas.
- 6 posts informativos y 2 vídeos testimoniales.
- Campus de navidad dentro del programa de mentoría desarrollado por los adolescentes.

3.11. PROGRAMA TEBEO ACTIVO

Descripción. TEBEO ACTIVO es un proyecto dirigido a la ciudadanía en general y, en especial, a aquellas personas con diferentes patologías, principalmente con diabetes, con la finalidad de contribuir a un mejor conocimiento de los recursos existentes en la isla de Gran Canaria.

Se trata de contar diferentes aspectos de la diabetes de una forma original, amena y cercana con la estética del cómic, narrado para un público de todas las edades. https://www.adigran.org/articulos/7035-2/

Objetivos.

- Satisfacer la necesidad de la población de conocer los recursos y servicios municipales e insulares que mejoren la resolución de situaciones de la vida práctica y la ciudadanía activa.

- Dar a conocer las distintas realidades de personas con enfermedades crónica, en particular la diabetes, sus complicaciones y forma de prevenirla.

Beneficiarios. El proyecto está destinado principalmente a la población relacionada con la diabetes y otras enfermedades crónicas.

Profesionales. Luis Sánchez, animador sociocultural; Rubén Armiche, artista digital; Lidia Blanco, coordinadora y experta en diabetes y experta en diabetes.

Financiador. Unidad de Participación Ciudadana de la Consejería de Presidencia del Cabildo de Gran Canaria.

Ubicación. Isla de Gran Canaria

Actividades. Este proyecto que abarcó una temporalidad hasta abril de 2024, durante el año 2023 se llevaron las acciones de elaboración de materiales, visita a recursos, talleres informativos y recogida de ideas para las distintas historias a elaborar, creación de los personajes, difusión del proyecto. En el

2024 se llevó a cabo la creación de las historias, maquetación y difusión del tebeo.

Este TEBEO ACTIVO nos permitió acceder por tercer año consecutivo al premio de la convocatoria de FEDE "PREMIOS MERCEDES SÁNCHEZ BENITO"

3.12. PROGRAMA "DIABETES SIN BARRERAS, ¡UNIENDO FUERZAS POR LA IGUALDAD!

Descripción. Este proyecto tiene como fin luchar contra la discriminación por razón de sexo en el área de la salud, previniendo situaciones de exclusión social y aislamiento facilitando el acceso a los recursos sociales existentes, formando en materia de diabetes y fomentando la participación social, los vínculos sociales y empoderando. De este modo se promueve la igualdad además de garantizar la atención a las mujeres con diabetes o en riesgo de padecerla.

Objetivos.

- Promover la cultura femenina del autocuidado en salud, fomentando la conciencia y la práctica de medidas preventivas para mejorar el bienestar y la salud integral de las mujeres.

- Implementar programas de formación en diabetes, centrándose en la prevención y la adopción de hábitos de vida saludables desde una perspectiva de género, para abordar de manera específica las necesidades y riesgos asociados a las mujeres.

- Reforzar la red de apoyo social y familiar de las mujeres, proporcionando recursos y herramientas que fortalezcan sus relaciones personales y contribuyan a un entorno de apoyo emocional y práctico.

- Ejecutar acciones dirigidas a la población femenina con escasos recursos, identificando situaciones de mayor vulnerabilidad como el embarazo, enfermedades mentales, entre otras. El objetivo es prevenir y gestionar de manera efectiva la prevalencia de patologías crónicas como a diabetes, mediante intervenciones adaptadas a las circunstancias específicas.

Beneficiarios. El proyecto abarcó principalmente a la población femenina con diagnóstico de diabetes, prediabetes o en riesgo de padecerla y/o en riesgo de exclusión social.

Profesionales. Antonio Santana, psicólogo clínico; Montserrat Moreno, nutricionista; Saray Rodríguez, trabajadora social; Lidia Blanco, coordinadora y experta en diabetes y Luis Sánchez, técnico en animación sociocultural.

Financiador. Servicio de Igualdad y violencia de género de la Consejería de Política Social, Accesibilidad, Igualdad y Diversidad del Cabildo de Gran Canaria.

Ubicación. Isla de Gran Canaria

Actividades.

- Atención integral a las beneficiarias del proyecto.

- Actividades formativas grupales.

- Actividades de integración social al aire libre que fomente la convivencia y las habilidades sociales.

Actividad física que genere habilidades de desarrollo personal y de hábitos de vida saludable.

3.13. COMISIÓN DE JÓVENES

Descripción. La comisión de jóvenes desarrolla una gran labor en su rol en la asociación. Sus acciones tuvieron continuidad en el 2024 como asesores en el proyecto de **"Tebeo Activo"** de participación ciudadana del Cabildo de Gran Canaria.

Beneficiarios. Jóvenes y adolescentes entre 14 y 30 años. 28 participantes.

Profesionales. Antonio Santana, psicólogo clínico; Montserrat Moreno, nutricionista; Saray Rodríguez, trabajadora social; Lidia Blanco, coordinadora y experta en diabetes; Luis Sánchez, técnico en animación sociocultural y jóvenes de la comisión de jóvenes.

Se llevaron a cabo reuniones de para la creación de los contenidos de las distintas historias del "Tebeo Activo". De este modo, el contenido abordado comprendía información sobre herramientas en medios digitales, así como conceptos sobre la buena práctica de la participación ciudadana, además del funcionamiento y de los recursos existentes de las distintas administraciones de manera on-line.

Tras una lluvia de ideas sobre la temática en cuestión, los jóvenes aportaron sus opiniones, y realizaron acciones a través de secciones divulgativas e informativas como medio para visibilizar la diabetes con testimonios relacionados con esta enfermedad. A través de sus propias experiencias y de las prácticas comunicativas llevadas a cabo con diferentes colectivos (profesionales, sanitarios, entorno familiar, entorno escolar, entorno deportivo...) se han reforzado lazos comunicativos con un trabajo informativo en red comunitario.

Por otro lado, un año más nuestra comisión de jóvenes participó el III CONGRESO DIABETES Y JUVENTUD, organizado por FEDE. A esta edición, celebrada en Vitoria-Gasteiz (Álava) en el mes de abril, acudieron Marta y Nauzet para dar voz a nuestros jóvenes y compartir con jóvenes de las diferentes asociaciones adscritas a FEDE. Manifiestan que la experiencia ha sido enriquecedora, han aprendido mucho y les ha dado fuerzas para seguir formándose y luchando por mejorar la situación de la diabetes en Canarias.

Además, los/las voluntarios/as desempeñan un papel fundamental en una variedad de actividades adicionales, incluyendo el acompañamiento en la

ejecución de eventos como el campamento de verano, así como en la planificación y desarrollo de actividades recreativas y de tiempo libre.

3.14. CAMPAMENTO DE VERANO PARA NIÑOS Y ADOLESCENTES QUE CONVIVEN CON LA DIABETES

Para esta actividad, destinada a niños y adolescentes en la franja de edad comprendida entre los 6 y los 17 años, se contó con la colaboración del Servicio Canario de Salud, con la concesión de la liberación de los profesionales sanitarios para que pudiesen acudir a nuestro campamento.

En este campamento, lleno de actividades lúdico-deportivas, los menores además de divertirse aprendieron y adquirieron herramientas para ser más autónomos en la gestión de su diabetes. A nivel psicosocial, esta experiencia les permitió compartir con otros niños que también padecen diabetes, con el gran beneficio que conlleva compartir entre iguales, afianzarse en el grupo... lo que les ayudó a una mayor aceptación de la enfermedad.

Aunque se impartieron talleres de educación diabetológica, la mayor parte del aprendizaje se hizo de manera práctica en las distintas situaciones cotidianas, durante las comidas, a la hora de hacer deporte, al solventar hipos e hiperglucemias....

Si bien el campamento de verano está destinado a los menores con diabetes, o que conviven con ella de manera directa (hermanos, primos), también favorece el respiro familiar de los padres y madres que gestionan la diabetes de sus hijos e hijas el resto del año. Normalmente en las familias donde hay un menor con diabetes, suele darse una sobreprotección y dependencia por parte de los progenitores. De esta manera, este recurso también les permite afrontar los temores y miedos por la separación con la tranquilidad de que están con un equipo multidisciplinar formado y capacitado para gestionar la diabetes de sus hijos.

Transversalmente, para los profesionales sanitarios que participaron es una formación de 24 horas durante 1 semana. Conocieron de primera mano el día a día de la diabetes fuera de las consultas, las dificultades con las que se encuentran las personas con diabetes en distintos momentos, lo que también conllevó a un aumento de la empatía y comprensión hacia las personas con diabetes.

Este último año se llevó a cabo en la Residencia Escolar de Haría - Lanzarote, con el fin de facilitar el acceso a los menores de esa isla, pues ADILA (Asociación de diabéticos de Lanzarote) cerró por falta de recursos hace unos años. El número de beneficiarios fue de 44 asistentes, siendo mayor número de asistentes con respecto al 2023. Se llevó a cabo en las fechas comprendidas del 23 al 30 de junio del 2024.

3.15. DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

El 14 de noviembre es el día declarado por la OMS y la ONU como DIA MUNDIAL DE LA DIABETES, representando la mayor campaña de sensibilización y concienciación de esta condición a nivel mundial.

El tema elegido por la IDF para la campaña 2024 - 2026 es "LA DIABETES Y EL BIENESTAR"

Con una perspectiva de futuro, creemos que la prevención es una herramienta fundamental para empezar a educar a nuestra comunidad, para que las alarmantes cifras que acechan en la actualidad no sigan incrementándose.

Para conmemorar este DMD 2024, ADIGRAN se acercó a la población para ofrecer información sobre qué es la diabetes, tratamiento, síntomas. También se llevó a cabo una campaña de detección precoz con el test de Findrsk, test de valoración del riesgo de desarrollar diabetes tipo 2. Se hicieron glucemias capilares, mediciones antropométricas y hemoglobinas glicosiladas (HbA1c). Se ofreció igualmente asesoramiento para la prevención de la Diabetes Tipo 2. (Programa del DMD en el ANEXO FOTOS)

· **FLÚOR MOON DIABETES**: Carrera nocturna y solidaria por la diabetes. Una noche llena de luces, donde brilla el AZUL de la diabetes.

3.16. OTRAS ACTIVIDADES: MESAS DE SENSIBILIZACIÓN, ASISTENCIA A FERIAS, CONGRESOS Y OTROS

3.16.1. MESAS DE SENSIBILIZACIÓN

Además de la jornada de sensibilización y detección precoz de la diabetes enmarcada en la conmemoración del Día Mundial de la Diabetes, se llevaron a cabo 3 mesas más durante el año:

- 05 de abril: Mesas de información y sensibilización por el Día Mundial de la Salud en Santa Lucía y en Telde.
- 03 de octubre: Mesa de información y sensibilización en las V Jornadas Santa Lucía Saludable.
- 14 de noviembre: Mesa de información y sensibilización en Centro Comercial Alcampo, Zona Comercial Triana y Mercado Central.

3.16.2. FERIAS DE LA SALUD

- 11 de junio: Feria de la Salud en CEIP San Juan
- 19 de junio: Feria de la Salud Hospital Doctor Negrín.
- 09 de octubre: Feria de la Salud Colegio Oficial Fisioterapeutas de Canarias: AFRONTANDO LA CRONICIDAD en Parque San Telmo.
- 18 de octubre: Feria de la Salud de Arucas

3.16.1. CONGRESOS

Este año 2024, ADIGRAN estuvo presente en varios congresos.

- III CONGRESO DIABETES Y JUVENTUD. Por tercer año, una representación de la comisión de jóvenes acudió a este congreso nacional llevado a cabo en Vitoria-Gasteiz (Álava).
- VIII CONGRESO FEDE. Celebrado el 5 de octubre, asistimos con una representación del resto de asociaciones que conforman FAdiCAN. En este congreso por tercer año y dentro de los PREMIOS FEDE - MERCEDES SÁNCHEZ BENITO, se nos otorga un premio por el TEBEO ACTIVO.

3.16.2. I CONGRESODE DIABETES PARA PACIENTES DE CANARIAS

- El 23 de noviembre se celebró el I Congreso de Diabetes de Canarias, organizado por la Federación de Asociaciones de Pacientes de Canarias - FAdiCAN, de la cual somos miembros. Se llevó a cabo en el aulario “César Manrique” de la ULL (Guajara-La Laguna) y fue inaugurado por la Excma. Sra. Dª. Esther María Monzón Monzón, Consejera de Sanidad del Gobierno de Canaria, por el presidente de Fadican, Julián A. González Hernández y por el Vicerrector de docencia de la ULL, Jose Manuel Rodríguez Fraga. Esta primera edición recayó en la isla de Tenerife bajo el lema “Mirando al futuro” y contó con una amplia programación, que incluyó sesiones de mañana y tarde, con ponencias y talleres específicos para los diferentes grupos como adultos con diabetes tipo 1, tipo 2, familiares de menores con diabetes y adolescentes.
- Se apostó por un equipo sociosanitario que trabaja en los centros de Canarias, poniendo así en valor la calidad profesional y humana que tenemos en el Archipiélago. Como objetivo nos marcamos por un lado, mejorar la capacitación de las personas con diabetes y familiares en diferentes aspectos de la patología, no solo sanitario, también psicosocial. Y, por otro lado, compartir una visión general de hacia dónde va la diabetes, las nuevas tecnologías aplicadas y su atención.

3.17. ELABORACIÓN DE MATERIAL Y DIFUSIÓN

Nuestro técnico de animación sociocultural con experiencia en marketing y publicidad, nos ha ayudado a impulsar las redes sociales de forma más atractiva y directa, viéndose unos resultados muy positivos.

Se ha comprobado la importancia de la difusión en redes sociales de nuestras actividades, dándonos la posibilidad de llegar a un público más amplio y dar a conocer todos nuestros servicios como asociación, logrando así nuestro objetivo principal de contribuir a una mejora de la calidad de vida de las personas con diabetes y su entorno, además de prevenir la diabetes tipo 2 y la obesidad, fomentando hábitos de vida saludables. Por este motivo, dos actividades fundamentales de nuestros proyectos son la elaboración de

contenido para campañas digitales y diseño de posts de sensibilización, además de la difusión y promoción del proyecto y del material didáctico elaborado.

Se ha conseguido la realización de mas de 87 post de sensibilización e información, además de otras muchas publicaciones sobre nuestras actividades, formaciones, entrenamientos, encuentros, convivencias, celebraciones etc que se enseñarán en los anexos de esta memoria. Todo ello ha propiciado el interés de la población en general a llamar o acercarse de forma presencial a nuestra asociación para recibir formación o disfrutar de nuestras actividades.

3.18. REUNIONES INSTITUCIONALES, RECLAMACIONES Y DEMANDAS

Desde nuestra entidad trabajamos para mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes, no solo en la prestación de servicios y actividades, sino también a través de la reivindicación de mejoras en la atención a nuestro colectivo.

Además de trasladar las demandas que nos llegan, cada año se presenta a la administración el MANIFIESTO POR LA DIABETES DE CANARIAS. En este documento no solo se recogen las demandas que aún tenemos, sino que hacemos también referencia a lo que se ha ido consiguiendo durante todos estos años de trabajo.

3.1. MANTENIMIENTO DE LA SEDE

Este año 2024 se ha contado con el apoyo de la Unidad de Participación del Cabildo de Gran Canaria, a través de la subvención concedida en la Convocatoria de Participación Ciudadana y Fortalecimiento Asociativo (Modalidad B), destinada al proyecto “Mantenimiento y funcionamiento de ADIGRAN para la adecuada atención de las personas beneficiarias”.

Gracias a esta ayuda, ha sido posible afrontar gastos de equipamiento necesarios para garantizar el adecuado funcionamiento de la sede social, mejorando así las condiciones en las que se prestan los servicios y actividades dirigidos a las personas con diabetes y sus familias.

ANEXO 1. FOTOS

ESCUELA DE DIABETES



















ESCUELA DE DIABETES















CAMPAMENTO DE VERANO



















CONGRESOS Y JORNADAS













JÓVENES EN ACCIÓN











TEBEO ACTIVO





FORMACIÓN A PROFESIONALES Y EQUIPO TÉCNICO









CONVIVENCIA DE FAMILIAS





TALLERES Y ACTIVIDADES









CHARLAS TALLERES EN CENTROS ESCOLARES











DIABETES, ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE







MESAS INFORMATIVAS Y SENSIBILIZACIÓN







DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES



PROGRAMA ACTOS DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES:
LA DIABETES Y EL BIENESTAR

31 OCTUBRE 09:00	LECTURA DEL MANFIESTO POR LA DIABETES DE CANARIAS Lugar: Ayuntamiento de Telde
17:00 a 21:00	ENCUENTRO FAMILIAS NIÑOS/AS CON DIABETES Y ACTIVIDAD DE MENTORIZACIÓN DE ADOLESCENTES Lugar: Sede Adigran
09 NOVIEMBRE 17:00 a 20:30	MERIENDA BINGO SOLIDARIA Lugar: Real Club Náutico de Gran Canaria Con la colaboración de Arty Codinas y presentado por Juan Antonio Cabrera
13 NOVIEMBRE 11:00 a 12:30	SESIÓN FORMATIVA "SENSIBILIZACIÓN Y ACTUACIÓN EN DIABETES EN EL ÁMBITO LABORAL" Lugar C.C. Alcampo *Imparte: Equipo técnico de Adigran.*
14 NOVIEMBRE 11:000 a 11:30	RUEDA DE PRENSA Lectura Manifiesto por la Diabetes de Canarias Lugar: Pendiente
09:00 a 19:00	MESAS INFORMATIVAS Y DETECCIÓN PRECOZ DE LA DIABETES ➢ Información, pruebas de glucemia capilar, hemoglobina glicosilada (HbA1c) tensión arterial. ➢ Asesoramiento y Mediciones Antropométricas para valoración del riesgo de padecer diabetes tipo 2 Lugar: C/ Mayor de Triana – Las Palmas de Gran Canaria Mercado Central. – Las Palmas de Gran Canaria C.C. Alcampo – Telde ILUMINACIÓN EN AZUL Iluminación Ayuntamiento Telde Hotel Lopesan
15 NOVIEMBRE 11:00 a 12:30	SESIÓN FORMATIVA "CONOCIENDO Y PREVINIENDO LA DIABETES" Lugar Centro Beats Fitness Club *Imparte: Equipo técnico de Adigran.*

CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

16 NOVIEMBRE	PARQUE LOS AROMEROS – CARRIZAL DE INGENIO
10:00 a 17:30	CARPAS INFORMATIVAS Y DETECCIÓN PRECOZ DE LA DIABETES ➢ Stand Informativo ADIGRAN ➢ Stand DIAFD ➢ Stand Fluor Moon Diabetes. ➢ 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
18:30 a 19:30	ACTIVIDADES INFANTILES
20:00 A 00:00	FLUOR MOON DIABETES "La carrera por la diabetes" www.fluormoon.es Carrera nocturna solidaria: Una noche llena de luces, donde brillará el AZUL de la diabetes, y que será más que una carrera, una fiesta para toda la familia. ➢ Carrera absoluta competitiva – 3Km ➢ Carrera infantil competitiva – 1,5 Km ➢ Carrera popular – 3Km ➢ Acto entrega trofeos ➢ Master Class de Zumba con Diana Serena ➢ Actuaciones: VIBRARTE, ASERES, ESCUELA DE BAILE SARAY CASTRO ➢ Actuación DJ Estro (Profesional) y DJ Ittome (7 años)



I CONGRESO PARA PERSONAS CON DIABETES FADICAN

23 NOVIEMBRE	AULARIO GENERAL CÉSAR MANRIQUE (GUAJARA) LA LAGUNA - TENERIFE
09:30 a 10:00	ACTO DE INAUGURACIÓN
10:10 a 10:50	PONENCIA INAUGURAL: El futuro para el tratamiento de la DM1 y DM2.
11:00 a 11:50	MESA REDONDA: ¿Hacia dónde queremos que vaya la atención a la diabetes en Canarias? Dirigido a adultos y familiares. MESA REDONDA: Adolescentes con diabetes. Dando voz a los protagonistas.
11:50 a 12:15	COFFEE BREAK
12:20 a 14:00	TALLERES
14:00 a 16:15	ALMUERZO
16:30 a 17:00	PONENCIA DE CLAUSURA: El lenguaje sí importa.
17:15	ACTO DE CLAUSURA

29 NOVIEMBRE	*TALLERES "Salud y Diabetes: Caminos hacia el Bienestar"* Lugar: Sede ADIGRAN
16:30 a 18:00	- Conviviendo con la monitorización continúa de glucosa. Dirigido a pacientes con Diabetes, especialmente diabetes tipo 2. Criterios de prescripción, y optimización de su uso. *Imparten: Laura Guerrero Casanova, Endocrina Hospital Universitario de Gran Canaria Dr. Negrín.* *Miriam Rodríguez Guillén, Enfermera Educadora del Complejo Hospitalario Universitario Insular – Materno Infantil.*
18:00 a 19:00	- Hacia un peso saludable y sostenible. Tácticas para alcanzar un peso saludable y mantenerlo en el tiempo. *Imparte: Sustituir Ponente Endocrina del Complejo Hospitalario Universitario Insular – Materno Infantil.*
19:00 a 20:00	- Diabetes y Bienestar Emocional: Herramientas prácticas. Dirigido a jóvenes y adultos con diabetes, exploraremos las emociones que surgen a lo largo de la vida con diabetes, ofreciendo herramientas prácticas para su manejo y para promover el bienestar emocional. *Imparte: Antonio Gonzalo Santana Santana, Psicólogo de Adigran.*
20:00 a 20:30	- Compartiendo Risas. Espacio para relajarse, reír y compartir. Descubre cómo el humor





DIFUSIÓN Y DIVULGACIÓN
















Durante la menopausia, los cambios hormonales pueden alterar los niveles de glucosa en sangre, lo que puede hacer que el control de la diabetes tipo 1 se vuelva más desafiante. La fluctuación de los niveles hormonales, el aumento de peso y los síntomas como el estrés y la fatiga pueden influir en el manejo de la insulina y dificultar el control de los niveles de azúcar en sangre.
Por otro lado, la menopausia también aumenta el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 debido a la reducción de los estrógenos, lo que puede reducir la sensibilidad a la insulina y alterar el metabolismo de la glucosa.


Recomendaciones para el autocuidado:
1. Monitorear los niveles de glucosa regularmente si ya tienes diabetes, o realizarte pruebas para una detección precoz en esta etapa.
2. Mantener una dieta saludable.
3. Practicar ejercicio físico de forma regular.
4. Controlar el peso y evitar el aumento excesivo de grasa abdominal durante la menopausia.
5. Consultar a tu médico para ajustar el tratamiento de la diabetes y recibir recomendaciones específicas para tu situación.


El apoyo emocional también es clave.
En nuestra asociación, ofrecemos recursos, orientación y acompañamiento durante esta etapa, ayudándote a mantener un equilibrio desde una perspectiva biopsicosocial.
RECUERDA, NO ESTÁS SOLA.
Ya seas mujer con diabetes tipo 1 o 2, en la "Asociación para la Diabetes de Gran Canaria" te brindamos el apoyo necesario para que afrontes la menopausia de manera saludable.


¿QUÉ ES EL ÍNDICE GLUCÉMIC ?
Conocer el Índice Glucémico de los alimentos puede ser una herramienta útil para las personas con diabetes ya que con esta información pueden planificar sus comidas diarias y a la vez controlar sus niveles de glucosa en sangre.


El índice glucémico (IG) mide la capacidad que tienen los hidratos de carbono, que contienen los alimentos, de elevar la glucemia (azúcar en sangre) después de ser ingerido, en comparación con la glucosa pura.
En general, los alimentos con un IG bajo aumentan lentamente la glucosa sanguínea mientras que los de IG alto la incrementan rápidamente
Los IG se clasifican en 3 categorías (según la absorción digestiva):
· Bajo (o muy bajo) IG : <55
· Medio (o bajo) IG: 55-69
· Alto IG: >70


Los alimentos con mayor índice glucémico generalmente contienen poca fibra y una gran cantidad de almidón o azúcar. Por ejemplo: pan blanco, cereales azucarados, pasta, zumos de frutas, arroz blanco.
Los que tienen bajo índice glucémico suelen ser ricos en carbohidratos y son productos enteros, sin procesar. Por ejemplo: vegetales, frutas enteras, legumbres,productos de granos enteros, como el arroz integral, avena, cebada, quinoa y los panes 100% integrales, tienen un bajo índice glucémico.

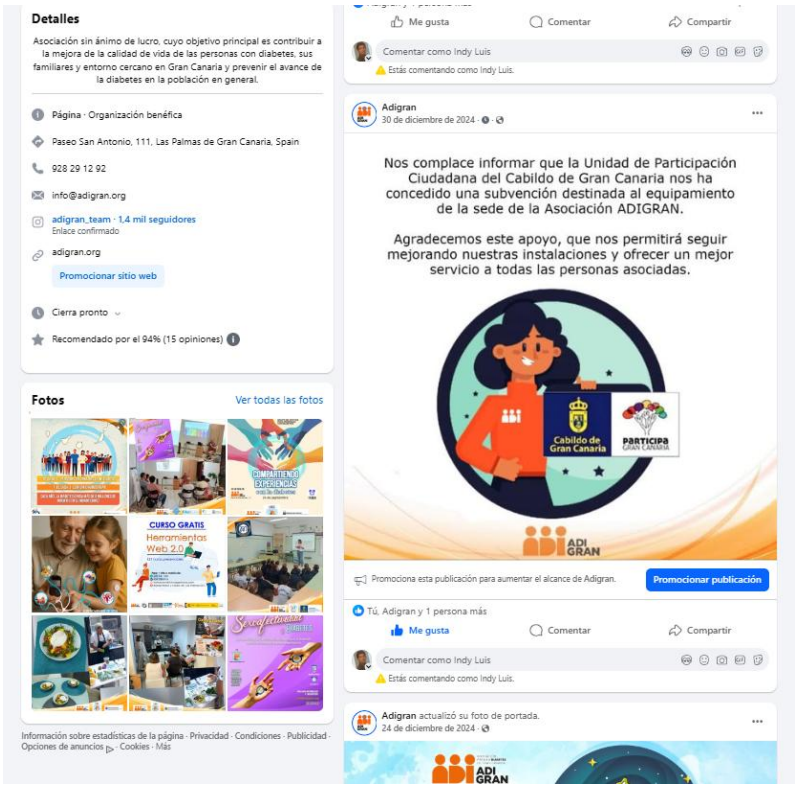

DIABETES EN EL TRABAJO
Clave para un entorno laboral inclusivo y saludable
La diabetes impacta en diversos ámbitos de la vida de quienes la padecen, y uno de ellos es el laboral. El manejo adecuado de esta patología requiere cumplir con medidas terapéuticas, farmacológicas y dietéticas, coordinadas con las exigencias laborales como pueden ser turnos, estrés, carga de trabajo y horarios irregulares.


Legislación y Derechos Laborales :
En España, la legislación protege contra la discriminación laboral. Pero a pesar de estos derechos, el manejo de la diabetes en el trabajo presenta desafíos significativos. La necesidad de tomar descansos para controlar los niveles de glucosa, por ejemplo, puede llevar a situaciones de exclusión. Para abordar los diferentes desafío que se puedan producir, se proponen varias estrategias clave:


Visibilizar :
Comunicar necesidades específicas en relación a la diabetes libre de prejuicios en la empresa.
Reivindicar :
Implementar charlas educativas que aumenten la comprensión y reduzcan el estigma fomentando un ambiente de apoyo y empatía.
Sensibilización :
Reclamar el derecho de acceso a cualquier tipo de trabajo y reducir cualquier tipo de barrera que impida el acceso al mismo por esta causa.


"Que no se te olvide"
arty cocinas e interiorismo
Las Palmas
MERIENDA
BINGO
BENÉFICO
A FAVOR DE
ADI GRAN
Para más información :
info@adigran.org
928 291 292
Presentado por:
Juan Antonio Cabrera
ES POR UNA BUENA CAUSA. ¡QUEREMOS VERTE ALLÍ!
REAL CLUB NÁUTICO DE GRAN CANARIA
Recuerda, 9 de noviembre a las 17:30 horas


ADI GRAN
MANTEN A RAYA TU DIABETES
Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria


Detalles
Asociación sin ánimo de lucro, cuyo objetivo principal es contribuir a la mejora de la calidad de vida de las personas con diabetes, sus familiares y entorno cercano en Gran Canaria y prevenir el avance de la diabetes en la población en general.
Página · Organización benéfica
Paseo San Antonio, 111, Las Palmas de Gran Canaria, Spain
928 29 12 92
info@adigran.org
adigran_team · 1,4 mil seguidores
Enlace confirmado
adigran.org
Promocionar sitio web
Cierra pronto
Recomendado por el 94% (15 opiniones)
Fotos
Ver todas las fotos
Información sobre estadísticas de la página · Privacidad · Condiciones · Publicidad · Opciones de anuncios · Cookies · Más
Me gusta
Comentar
Compartir
Comentar como Indy Luis
Estás comentando como Indy Luis.
Adigran
30 de diciembre de 2024 ·
Nos complace informar que la Unidad de Participación Ciudadana del Cabildo de Gran Canaria nos ha concedido una subvención destinada al equipamiento de la sede de la Asociación ADIGRAN.
Agradecemos este apoyo, que nos permitirá seguir mejorando nuestras instalaciones y ofrecer un mejor servicio a todas las personas asociadas.
Cabildo de Gran Canaria
PARTICIPA GRAN CANARIA
ADI GRAN
Promociona esta publicación para aumentar el alcance de Adigran.
Promocionar publicación
Tú, Adigran y 1 persona más
Me gusta
Comentar
Compartir
Comentar como Indy Luis
Estás comentando como Indy Luis.
Adigran actualizó su foto de portada.
24 de diciembre de 2024 ·


CAMPUS de NAVIDAD 2024
del 23 de diciembre al 3 de enero
PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 5 A 12 AÑOS
de 8:30 a 13:30 h.
PARA MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:
info@adigran.org
928 291 292

ANEXO 2. FINANCIADORES Y COLABORADORES

GOBIERNO DE CANARIAS

SERVICIO CANARIO DE SALUD

SERVICIO PÚBLICO EMPLEO ESTATAL

CONSEJERÍA DE BIENESTAR SOCIAL

CABILDO DE GRAN CANARIA

INSTITUTO INSULAR DE DEPORTES

AYUNTAMIENTO DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

AYUNTAMIENTO DE LA VILLA DE INGENIO

COLEGIO OFICIAL DE FARMACEUTICOS DE LAS PALMAS

ASOCIACIÓN CANARIA INVESTIGACIÓN PEDIÁTRICA - ACIP

FUNDACIÓN LA CAIXA

FUNDACIÓN PARA LA DIABETES

CLUB DE LEONES DE FIRGAS

CLUB DE LEONES LAS PALMAS DECANO

FUTURA GESTIONA 2014

LIFESCAN

ABBOTT

SANOFI AVENTIS

ASCENSIA

MEDTRONIC

ROCHE

GRACIAS