

Día mundial de la Diabetes

14 de noviembre

**Organización
Panamericana
de la Salud**

Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud

© OPS/KMC 2009



Entienda la diabetes,
tome el control.

- Conozca los riesgos y signos de alerta de la diabetes
- Sepa cómo hacer frente a la diabetes y a quién consultar
- Aprenda a cuidar, y controlar la diabetes



ALAD
ASOCIACIÓN LATINOAMERICANA DE DIABETES


CARMEN



día mundial de la diabetes

Recomendaciones para mejorar la atención a la diabetes

	Componente	Frecuencia	Descripción
CONSULTAS	Presión Arterial	Cada consulta	<130/80
	Examen de Ojos	1 vez/ año	Oftalmólogo/ Optometrista
	Examen Dental	Cada 6 meses	Examen de dientes y encías
	Breve Examen del Pie	Cada consulta	Quitar medias y zapatos
	Examen del Pie completo	1 vez/ año	Visita al podiatra si alto riesgo
	Vacunación antigripal	1 vez / año	Según disponibilidad
LABORATORIO	Hemoglobina A1c	Cada 3-6 meses	<6.5%
	Triglicéridos	1 vez / año	<150 mg/ dl (1.7mmol/l)
	Colesterol total	1 vez / año	<200 mg / dl (5.0mmol/l)
	Colesterol LDL	1 vez / año	< 100 mg/ dl (<2.2mmol/l)
	Colesterol HDL	1 vez / año	>40mg/dl (> 1.0mmol/l) hombres; >50mg/dl (1.1mmol/l) mujeres
	Proteinuria/ albuminuria	1 vez / año	<30 µg/mg
EDUCACION	Objetivos de tratamiento	Cada consulta	Discutir con el paciente
	Glicemia	Monitoreo	Recomendar según necesidad
	Alimentación saludable	Cada consulta	Recomendar siempre
	Actividad Física	30', 5-7 veces/semana	Recomendar según indicación

