



TALLER FASE II PACIENTE EXPERTO EN DIABETES TIPO II

Programa

1ª Sesión. VIVIR CON DIABETES

- Concepto: Escuela de Paciente, el paciente experto en diabetes
- Afrontar el diagnóstico de la enfermedad de Diabetes
- Cómo os sentís por tener diabetes
- Saber cifras de control
- La importancia de comprobar los niveles de glucosa
- Fijar objetivos

2ª Sesión. ¿COMO FUNCIONA LA DIABETES?

- Papel del páncreas, la insulina y la glucosa
- Qué sucede dentro del organismo inicio de la diabetes y a medida que avanza
- Cuáles son las implicaciones de la diabetes y cómo el control de ésta puede ayudar a evitar o retrasar estas complicaciones
- Qué significa un buen control de la diabetes

3ª Sesión. UNA ALIMENTACION SANA Y MANTENERSE EN FORMA

- Por qué una alimentación sana y mantenerse en forma son importantes para controlar la diabetes.
- Los distintos grupos de alimentos y los nutrientes que se encuentran en los alimentos
- Aprender el manejo de las raciones de hidratos de carbono
- Importancia del ejercicio

4ª Sesión. TRATAMIENTO FARMACOLOGICO DE LA DIABETES

- Antidiabéticos orales. Tipos y mecanismos de acción.
- Vivir con diabetes
- Insulina: Tipos, rotación de inyección y aspectos a tener en cuenta sobre la insulina.



escuela de salud y cuidados
de castilla-la mancha



Castilla-La Mancha

Se llevará a cabo el taller en 4 sesiones de una hora y media de duración cada una de ellas.

La metodología a emplear son exposiciones en Power Point por parte del paciente experto y dinámicas grupales.

Se prioriza el intercambio de experiencias de sus procesos entre los participantes del curso y la discusión de los conceptos que se explican,

Ponente:

- Francisco José Seseña Aparicio. Paciente experto en diabetes tipo 2.
- Juan Manuel Seseña Yepes. Paciente experto en diabetes tipo 2.

Coordinación:

- Ana María Viana Elvira. Enfermera de C.S. Illescas /Consultorio Yuncos.
- María Jesús Martínez Carramiñana. Médica del C.S. Illescas.
Coordinadora Regional de la Red de expertos y profesionales de educación para la salud y escuela de pacientes.