

- ¿observar los niveles de glucosa en la sangre y administrar la insulina de manera independiente?
- ¿obtener información para ayudarle a manejar su diabetes?
- ¿planificar y preparar comidas saludables?
- ¿hacer el ejercicio que necesita?
- ¿conocer otras personas que comprendan los retos que usted enfrenta?

El Reto de la Diabetes y la Pérdida de Visión

La diabetes es un reto difícil de enfrentar. Si usted tiene diabetes y pérdida de visión, puede ser que le parezca imposible manejar su salud. Pero el Programa de Servicios de Diabetes en el Centro para Discapitados Visuales hace posible lo imposible para las personas con diabetes y pérdida de visión.



La misión

del Centro para Discapitados Visuales es ofrecer servicios integrales que promueven la independencia con dignidad y la preservación del autoestima en personas ciegas o visualmente discapacitadas de todas las edades.



Center for the Visually Impaired
739 West Peachtree Street NW
Atlanta, GA 30308
404-875-9011
info@cviatlanta.org
www.cviatlanta.org

Programa financiado en parte con una donación del Healthcare Georgia Foundation.



Programa de Servicios de Diabetes para Personas con Problemas de Visión



Fomentando Independencia con Dignidad

El Programa de Servicios de Diabetes le puede ayudar a que **USTED** este en control

Nuestro Programa de

Servicios de Diabetes está

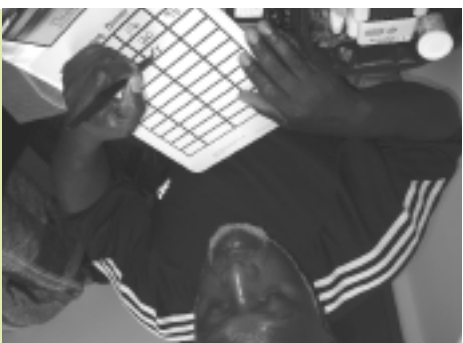
diseñado para ayudarle a

lograr sus metas personales

del manejo de la diabetes y

mantener un estilo de vida

saludable con dignidad e independencia. Nuestro Coordinador de Recursos para Diabetes le ofrecerá las herramientas que le ayudarán a vivir una vida plena e independiente.



“Me gusta como el Programa de Servicios de Diabetes del CVI está especializado para enfrentar la diabetes desde el punto de vista de una persona con discapacidad visual o ciega. El programa es especial para mí porque provee materiales e información accesibles que normalmente no están disponibles a través de otras organizaciones locales y nacionales”.

- Charlene M.

Un Programa Especial para Usted



“Yo quería ser independiente y poder controlar mi diabetes en vez de que ésta me controle. Cuando llegué al CVI, todo se abrió como una rosa. Aprendí como chequear los niveles de glucosa en la sangre yo misma, usando un glucómetro parlante y aprendí a usar un aparato especial para administrar la insulina para mis inyecciones de insulina. Ahora, mantengo mis niveles de glucosa en una clasificación normal”.

- Charlotte G.



- ● El Programa de Servicios de Diabetes del CVI se especializa en cinco áreas mayores del manejo de la diabetes: la educación, el ejercicio, la nutrición, la observación y medicación de la glucosa, el apoyo y la consejería.

Educación de Diabetes

La información le dará el poder de manejar su salud y minimizar las complicaciones de diabetes, incluyendo una aumentación en la pérdida de visión. Le proveemos información en formatos accesibles como casete, braille, o publicaciones con letras grandes.

Ejercicio

Nuestro Coordinador de Recursos para Diabetes trabajará con usted para desarrollar un programa personalizado de ejercicio para ayudarle a lograr sus metas relacionadas con el manejo de la diabetes. El CVI ofrece clases de ejercicio adaptadas para grupos tales como aeróbicos, Tai Chi y yoga. Usted recibirá entrenamiento en el uso de monitores parlantes que miden la velocidad cardíaca, balanzas parlantes, y sobre el equipo cardiovascular y las máquinas de pesas en el salón de ejercicio del CVI

Nutrición

La planificación de comidas es crítica en el manejo de la diabetes. En el Programa de Servicios de Diabetes aprenderá como elegir comidas saludables cuando compra en el supermercado, come en un restaurante, o planifica comidas en casa. Aprenderá como usar sistemas de intercambio de comida, como contar carbohidratos, y como obtener una referencia de un dietista registrado.

Observación & Medicación

Unos aparatos y técnicas le pueden ayudar a observar los niveles de glucosa en la sangre y administrar las inyecciones de insulina de manera independiente. Nosotros le ayudaremos a obtener el equipo que necesita, como glucómetros parlantes, y le ofreceremos entrenamiento para que pueda observar y manejar sus niveles de glucosa de manera segura y con confianza sin tener que depender de la ayuda de otros.



Apoyo y Consejería

Tener diabetes y pérdida de visión puede parecer invencible y causar sentimientos de ansiedad, frustración y depresión. En la reunión semanal del Grupo de Apoyo de Diabetes, conocerá otras personas con diabetes y pérdida de visión con quienes compartir experiencias, información y apoyo. Cada mes, el Grupo de Apoyo de Diabetes tiene un presentador que es un experto sobre temas importantes para los participantes del grupo. También ofrecemos consejería individual.

Solamente se necesita una llamada para empezar. Llame al CVI al 404-875-9011 y pregunte por alguien de los Servicios de Atención al Cliente.