

# Día Mundial de la Diabetes: Por una vida saludable

Se acerca un nuevo Día Mundial de la Diabetes (DMD). Y se inaugura una nueva campaña, tras las ediciones que se celebraron en el periodo 2009-2013 y que tuvieron como tema común la educación y la prevención. Desde este año, y hasta el año 2016, esta jornada de concienciación y celebración, que tiene lugar cada 14 de noviembre, se centrará en una vida saludable y diabetes. "Las actividades y materiales de este año estarán dedicadas a una alimentación sana y su importancia para prevenir la diabetes tipo 2 y controlar de manera efectiva la diabetes para evitar complicaciones", explican desde la Federación Internacional de Diabetes (FID, conocida como IDF por sus siglas en inglés).

El 12 de noviembre se realizará una rueda de prensa que plasmará de forma visual la realidad sobre la diabetes en España

En España, el arranque de esta jornada de sensibilización lo marca la rueda de prensa que tendrá lugar el próximo 12 de noviembre, en Madrid, con la presencia del presidente de FEDE, Andoni Lorenzo y de expertos en nutrición y educación en diabetes. Los mensajes sobre los que se pondrán el acento son la educación y formación diabetológica para pacientes, y la prevención de la diabetes. En este evento dirigido a los medios de comunicación, se plasmará de forma visual la realidad sobre la diabetes en nuestro país: población total afectada, personas sin diagnosticar, costes directos e indirectos, estimación de crecimiento en las próximas décadas, y porcentaje de niños y jóvenes afectados.



Una de las actividades más importantes organizadas por FEDE para el DMD, es la iniciativa para realizar una detección del riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 en oficinas de farmacia de todo el país, que se llevará a cabo por segundo año consecutivo. La campaña, que se realizará en colaboración con la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC), será muy valiosa, porque sus beneficios irán más allá de que muchas personas conozcan su riesgo de padecer diabetes tipo 2 y, por tanto, puedan acudir al médico para hacer pruebas adicionales. Y es que, además del trabajo de prevención e información, "se recopilarán datos estadísticos basados en la información recogida en los test Findrisk realizados, con el objetivo de analizar los resultados y

poder plantear nuevas acciones de concienciación social, así como para atraer la atención de los medios de comunicación sobre la importancia de diagnosticar la diabetes a tiempo".

Como en ediciones anteriores, la campaña de *Pon un pin* servirá para que la población general gane conciencia sobre la enfermedad. Se trabajará para que líderes de opinión de todos los ámbitos de la sociedad, incluidos presentadores de informativos televisivos y de programas de entretenimiento, se vuelvan a involucrar y luzcan el pin del círculo azul. Una de las primeras personalidades que ha recibido el pin ha sido la Reina Letizia, en la audiencia en la que se recibió a FEDE el pasado 11 de

septiembre (ver entrevista sobre este acto en esta misma edición). Los objetivos son conseguir que el círculo azul se identifique con el DMD, incrementar la visibilidad de la patología en España y sensibilizar sobre la importancia de la prevención en diabetes.

Para apoyar y reforzar todas estas acciones e iniciativas, la nueva página web de FEDE se convertirá en el elemento online central de la campaña: alojará noticias relacionadas; hará difusión de actividades de FEDE, de asociaciones y de la IDF, y de todo aquello relativo a la diabetes y al DMD de 2014.

Cabe destacar que, por tercer año consecutivo, se activará una campaña de

## Desde este año, y hasta el año 2016, esta jornada de concienciación y celebración se centrará en una vida saludable y diabetes

recogida de firmas en el conocido portal [www.change.org](http://www.change.org), que en 2013 logró superar las 5.000 firmas de apoyo a la reivindicación de educación diabetológica.

Es muy relevante la complicidad de los medios de comunicación con una jornada tan importante para millones de españoles. Por esa razón se convocará la mencionada rueda de prensa y se llevarán a cabo campañas e iniciativas de interés mediático, que atraigan el interés de los medios de comunicación de información general y especializada en salud. El mencionado refuerzo de la página web contribuirán a potenciar el perfil mediático de la jornada, como también ayudarán las acciones en redes sociales: se realizarán acciones en Facebook, Twitter y Tuenti,

Google+ y LinkedIn, además de redes sociales específicas de salud, pacientes y diabetes. En total, FEDE agrupa más de 22.000 usuarios online en redes sociales y en otras herramientas digitales de participación. El canal de YouTube de FEDE y la sección web DiabetesTV se centrarán en la difusión de temáticas y vídeos relacionados con el lema internacional del DMD de 2014: *Vida saludable y diabetes*. A resaltar, también, que la revista digital y gratuita EN3D, dedicará un especial en noviembre al DMD, que servirá para dar voz e impulsar el resto de acciones online.

### Una enfermedad infradiagnosticada

Los últimos datos disponibles del Atlas de la Diabetes de la IDF apuntan que más

de 382 millones de personas viven con diabetes en el mundo. En 2035, 592 millones de personas tendrán diabetes, lo que equivale a decir una de cada 10 habitantes de nuestro planeta. La pandemia es más preocupante, si cabe, si se sabe que cerca de la mitad de las personas que tienen diabetes, lo ignoran. Es decir, su enfermedad no ha sido diagnosticada.

Antes esta progresión y ante la falta de medios para diagnosticar la enfermedad, para prevenirla y para tratarla, es fundamental la definición de estrategias eficaces desde los organismos internacionales y los gobiernos. Urge que se pongan más recursos al alcance del combate a la patología, y que se eduque más y mejor en diabetes, que se promuevan estilos de vida saludables,

## Contribución a los diabéticos

### Cuida tus pies

EL CUIDADO DE LOS PIES ES UN CONSEJO MUY REPETIDO POR TODA LA COMUNIDAD CIENTÍFICA QUE TRABAJA EN LA LUCHA CONTRA LA DIABETES. ESTE CUIDADO PRETENDE CONSEGUIR LA PROTECCIÓN IMPRESCINDIBLE DE ESTA PARTE TAN IMPORTANTE DE NUESTRO CUERPO Y EVITAR QUE PUEDA GENERAR PROBLEMAS DE CIRCULACIÓN EN LA PERSONA CON DIABETES.

**Calcetines para diabéticos.** Nuestra aportación como fabricantes textiles ha sido analizar en profundidad los síntomas y/o quejas más usuales que se observan en torno al uso de estas prendas. Gracias a la aplicación de nuevas técnicas de producción, combinadas con el uso de fibras de tacto esponjoso, hemos desarrollado un producto cuyas pruebas de uso han resultado idóneas para combatir dichos síntomas: nuestros calcetines CANNON.

Ahora desde **Gassol** estamos en condiciones de ofrecer a las personas con diabetes una prenda que por su diseño, acabados y composición de fibras, supone un paso decisivo para conseguir el objetivo médico recomendado para este colectivo.

**El bienestar de los pies.** Las características más sobresalientes de estas prendas son:

- Ajuste ergonómico en las pantorrillas.
- La planta del pie (en su parte interna) está afelpada para el descanso del pie.
- La costura de cierre en la puntera está tejida al revés para evitar roces.
- La composición de las fibras (acrílico con DURASPUN) facilita la sensación de frescor, porque actúa como dispersor del calor. •

**Venta por Internet**  
[www.calcetinesparadiabeticos.info](http://www.calcetinesparadiabeticos.info)

**Venta por teléfono**  
93 323 63 65

**Venta directa**  
**Asociaciones de Diabéticos de España**

**Blog informativo**  
<http://mipiediabetico.wordpress.com>

**Manufacturas Antonio Gassol S.L.**  
C/ Valencia 93 pral 1ª • 08029 Barcelona  
Tel 93 323 63 65 • Fax 93 451 89 34

**Calcetines Diabéticos** **GASSOL**



con el fin de prevenir el desarrollo de la enfermedad y de ayudar a los que ya la tienen a llevar un mejor control y a tener una mejor salud. Tengamos en consideración que, aparte de los 382 millones de personas con diabetes, tenemos que contar 316 millones de personas adicionales, que corren en la actualidad el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

En este contexto de avance peligroso de la diabetes, los mensajes clave de la campaña para este nuevo periodo 2014-2016, cobran un elevadísimo valor. Las ideas fuerza son las siguientes: "Hagamos que los alimentos saludables sean la opción fácil"; "Alimentación saludable: infórmate y decide"; "Una alimentación saludable comien-

za con el desayuno". La mayoría de los casos de diabetes tipo 2 pueden ser prevenidos y las complicaciones serias asociadas con la diabetes se pueden evitar con un estilo de vida saludable, que empieza con un buen desayuno y que pasa por muchos otros aspectos: una alimentación sana en el resto de comidas y la realización de ejercicio de forma regular.

El Día Mundial de la Diabetes (DMD) es la campaña de concienciación sobre

la diabetes más relevante del mundo. Fue instaurado por la Federación Internacional de Diabetes (IDF) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1991, como respuesta al alarmante aumento de los casos de diabetes en el mundo. En 2007, Naciones Unidas celebraron por primera vez este día tras la aprobación de la Resolución en diciembre de 2006 del Día Mundial de la Diabetes, lo que convirtió al ya existente Día Mundial de la Diabetes en un día oficial de la salud de la ONU. ●

**Uno de las ideas fuerza de este Día Mundial es que una alimentación saludable comienza con el desayuno**



EN DIABETES

# TE QUEREMOS

HACER LA VIDA MÁS FÁCIL



Unimos conocimiento y experiencia en productos que te ayudan a regular tus niveles de glucosa y a vivir tu diabetes con tranquilidad.

**DiaBalance**

soluciones para que disfrutes de tu alimentación en cualquier momento del día.

De venta en tiendas de alimentación

**DiaBalance EXPERT**

soluciones formuladas para situaciones específicas asociadas a tu diabetes.

De venta en farmacias

Regístrate en [www.diabalance.com](http://www.diabalance.com) y descubre cómo te podemos hacer la vida más fácil