



MEMORIA DE ACTIVIDADES 2021

Asociación Diabetes de Valladolid

info@diabetesvalladolid.com

administracion@diabetesvalladolid.com

www.diabetesvalladolid.com

 **ADIVA**
ASOCIACIÓN DIABETES VALLADOLID

INTRODUCCIÓN

ADIVA es la Asociación Diabetes de Valladolid. Con 750 socios y socias a 31 de diciembre del 2021, su ámbito de actuación es la provincia de Valladolid y sus principales líneas de actuación son:

- Proporcionar información y facilitar asesoramiento especializado a personas con diabetes de la provincia de Valladolid, especialmente a los socios de ADIVA y sus familiares.
- Prestar apoyo emocional a las personas con diabetes y sus familias, especialmente en el momento del debut así como en etapas críticas de desarrollo personal (adolescencia, etc.).
- Reivindicar la adecuada asistencia médica, especializada y multidisciplinar, para todas las personas con diabetes de la provincia de Valladolid y el acceso a los medios necesarios para mejorar la calidad de vida de los pacientes con diabetes.
- Defender los derechos de las personas con diabetes con el fin de prevenir la exclusión social y conseguir su plena integración en la vida escolar, laboral y social.
- Concienciar a las personas con diabetes y la sociedad en general sobre las implicaciones de esta patología en la salud y en la calidad de vida de pacientes y familiares, así como en la necesidad de desarrollar hábitos de vida saludables.
- Establecer relaciones de colaboración con otras asociaciones y entidades vinculadas a la diabetes, con objeto de conseguir objetivos comunes que redunden en beneficio de las personas con diabetes de la provincia de Valladolid.
- Colaborar con las Administraciones públicas y lograr los apoyos necesarios de cara a lograr los fines y objetivos previamente señalados.

Para articular estas actuaciones, a finales del año 2021, se definió, por parte de la Junta Directiva, el Plan Estratégico de ADIVA para el periodo 2022-2024, señalando la Misión de la Asociación, sus valores y las líneas estratégicas de actuación. Este Plan estratégico se desarrollará a través de planes anuales de actuación.

Nuestra Misión

ADIVA es una organización social sin ánimo de lucro, declarada de utilidad pública, siendo nuestra misión **apoyar, ayudar y asesorar a las personas con diabetes de la provincia de Valladolid, en todos los aspectos relacionados con la enfermedad**, siendo, asimismo, los **interlocutores principales con la Administración Pública y con todas aquellas entidades** que puedan jugar un papel clave en lograr una mayor **visibilidad y reconocimiento de la diabetes así como mejorar la calidad de vida de pacientes y familiares**.



ACTIVIDADES PLANIFICADAS Y/O EJECUTADAS

- **De información, sensibilización y concienciación sobre la diabetes**

“OSCAR, MI CONDICIÓN DE VIDA”: Video

A principios del 2021, con el apoyo de la Diputación Provincial de Valladolid, se realizó la grabación del video **“Oscar, mi condición de vida”** con el objetivo de concienciar, sensibilizar y normalizar a las personas con diabetes tipo 1 en el entorno escolar y en otros ámbitos de su rutina diaria.

A lo largo de la proyección, su protagonista, un niño de 10 años con DM1, narra cómo es su día a día en distintos entornos, familiar, escolar y lúdico, aportando también profesorado, padres y profesionales sanitarios sus puntos de vista ante la enfermedad en estos menores.

Se ha difundido en todos los centros escolares de la provincia de Valladolid gracias a la colaboración de las instituciones competentes en materia educativa: Diputación, Ayuntamiento y Consejería de Educación.

OSCAR: MI CONDICIÓN DE VIDA

Enlace en Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=5sHY2IH06GA>

HA PERMITIDO VISUALIZAR LA NORMALIZACIÓN DE
LA DM1 EN LOS CENTROS ESCOLARES DE LA
PROVINCIA

DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES: 14 DE NOVIEMBRE

El 14 de Noviembre es el Día Mundial de la Diabetes, siendo 2021 un año especial ya que se cumplieron los 100 años del descubrimiento de la insulina.

En el marco de los actos programados por ADIVA, se han llevado a cabo dos actividades principales:

- Una charla formativa-informativa dirigida principalmente a las personas con DM2.
- Un circuito de mesas informativas por el centro de Valladolid en colaboración con diferentes colegios profesionales.



El día 12 de noviembre, de 6 a 8 de la tarde, en el Centro Cívico “Zona Sur Juan de Austria”, se desarrolló la charla sobre **“Nutrición y actividad deportiva para prevenir la diabetes tipo 2”** impartida por las doctoras Ana Cornejo Mazzuchelli y Veronica

González- Pinto, el preparador físico Rubén Nozal y la nutricionista Sandra Gómez González abordando la explicación de la enfermedad y sus cuidados, la necesidad de seguir una dieta equilibrada y la realización de forma periódica y constante de actividad física, es decir, el desarrollo de hábitos de vida saludables tanto de cara a la prevención de la DM2 como, una vez diagnosticada, llevar un correcto control y seguimiento de la enfermedad.

El día 13 de noviembre, se estableció un circuito compuesto por seis mesas informativas con la colaboración de los distintos Colegios Profesionales (Dietistas y Nutricionista, Farmacéuticos, Médicos y Enfermería), preparadores físicos, familias y voluntarios de ADIVA, además del apoyo de laboratorios que facilitaron el material para las determinaciones glucémicas realizadas en la mesa atendida por el Colegio de Enfermería.



Con este circuito se pretendía

- Mejorar los hábitos de vida saludables de los ciudadanos/as, a través de la alimentación, el deporte y el cuidado de la salud.



- Contribuir a la visibilización de la Diabetes, como condición de vida que puede afectar a cualquier colectivo y en cualquier rango de edad (Diabetes tipo I, Tipo II, LADA)
- Informar a los ciudadanos/as de medidas y hábitos dirigidos a la prevención, detección precoz, cuidado y tratamiento de la diabetes.

Los puntos donde se situaron las diferentes mesas fueron los siguientes: San Benito, Plaza Universidad, Fuente Dorada, Plaza España, Plaza Zorrilla y Acera Recoletos. Estas dos últimas contaron con el atractivo de unas caravanas decoradas para atraer la atención de los viandantes y se pudieron recorrer desde las 11 a las 14 horas y de las 17 a las 20 horas. Se hizo entrega de una cartilla que debía ser sellada al paso por las distintas mesas del circuito para, posteriormente, una vez completada, depositarla en una urna para participar en el sorteo de varios regalos de carácter deportivo.



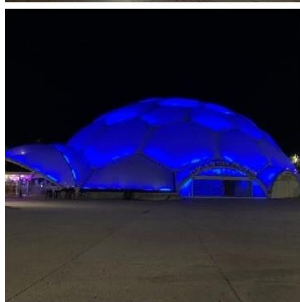
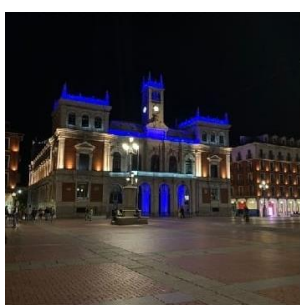
El DMD 2021 tuvo repercusión en los medios de comunicación, a nivel local y provincial, a través de diferentes entrevistas y reportajes a integrantes de la Junta Directiva y responsables de cada una de las mesas temáticas para explicar qué y cómo es esta enfermedad, la importancia de la alimentación y del deporte, y otros aspectos

vinculados a esta patología. Estas entrevistas y videos, a su vez, se difundieron a través de las redes sociales y en medios de comunicación.

Se contó con un amplio apoyo institucional, de forma presencial, por parte del Ayuntamiento de Valladolid y de la Diputación Provincial. Por otro lado, las Cortes de Castilla y León, la Junta de Castilla y León, Ayuntamiento de Valladolid, Aquavall y otros Ayuntamientos locales, iluminaron de azul las fachadas de distintos edificios y fuentes y/o proyectaron mensajes relacionados con la diabetes para conmemorar el DIA MUNDIAL.

[VIDEO DIA MUNDIAL DE LA DIABETES 2021](https://www.youtube.com/watch?v=HIUpwZif_Ww)

https://www.youtube.com/watch?v=HIUpwZif_Ww



• Actividades lúdicas

“I ENCUESTO REGIONAL FAMILIAR DT1” 20 de noviembre.



ADIVA, como asociación que ostenta la Presidencia de la FADCYL (Federación de Asociaciones de Diabetes de Castilla y León) planificó y coordinó este primer encuentro a nivel regional de familias con niños y jóvenes con diabetes en la Finca **“Coto Bajo de Matallana”**, Villalba de los Alcores (Valladolid), con la

participación de 100 personas que compartieron sus experiencias y debatieron distintos temas relacionados con su día a día y el control de la diabetes. Además del apoyo institucional de la Diputación Provincial, su Presidente, D. Conrado Íscar, presente en el acto de apertura, animó a los asistentes a continuar con este tipo de encuentros.



Se programaron distintas actividades lúdicas para todos y se impartió una charla para padres y madres cuyos ponentes fueron Óscar López de Briñas “El Jedi Azucarado” y Raquel Gimeno Carballeda representante de BD. **Sambulé Batucada** amenizó la jornada con su música y animó a los participantes de las diferentes Asociaciones de Castilla y León.



ENCUENTRO FAMILIAS EN EL PINAR DE ANTEQUERA

El día 4 de julio de 2021 tuvo lugar un encuentro de familias en el Pinar de Antequera. La actividad consistió en realizar una pequeña ruta caminando, para después de comer, los padres compartir sus experiencias mientras que los menores disfrutaban del juego y el contacto con otros niños de su edad, mecanismo éste para normalizar la situación de los menores



- **Acompañamiento, apoyo e información a las personas con diabetes y familiares**

PROYECTO FAMILIA ACTIVA EN DT1.

Este proyecto se inició en el año 2018 y se ha ido afianzando estos años. Surgió para dar apoyo emocional a los progenitores de menores (niños/as y adolescentes) a los que acaban de diagnosticar diabetes tipo I. En el proyecto participan 17 familias voluntarias de ADIVA, que visitan o contactan telefónicamente con las familias debutantes, para ayudarles a superar, mediante apoyo emocional y consejos de cara a la normalización de la enfermedad, el momento crítico del debut.

Se cuenta con la colaboración de las endocrinas – pediatras de los Hospitales Clínico Universitario de Valladolid, Hospital Universitario Río Hortega y Hospital de Medina del Campo.

En 2021 se realizaron 21 intervenciones por parte de Familia Activa, es decir, 21 visitas a familias recién debutadas en la provincia de Valladolid. Cabe mencionar que Familia Activa cuenta con un Protocolo de Actuación elaborado tanto por ADIVA como las pediatras endocrinas de los hospitales mencionados.

**EN EL AÑO 2021, 21 FAMILIAS RECIBIERON EL APOYO
DE LAS FAMILIAS VOLUNTARIAS COMPROMETIDAS
CON FAMILIA ACTIVA**

VIDEOS FORMATIVOS “EducaDiabetes”

Desde ADIVA, en colaboración con el equipo de Educación Diabetológica del Hospital Universitario Río Hortega de Valladolid, se ha elaborado una serie de 12 videos cortos, con información sobre la Diabetes y las pautas para una correcta gestión de la enfermedad.

Los temas abordados en cada uno de los videos son:

- 1.- Contaje de Hidratos de Carbono
- 2.- Insulina Lenta
- 3.- Índice y carga glucémica
- 4.- Insulina Rápida
- 5.- Profundización en la alimentación
- 6.- Calcular la ratio
- 7.- Alimentación: carga glucémica

- 8.- Hipoglucemia
- 9.- Hipoglucemia con sensor
- 10.- Ejercicio y diabetes
- 11.- Tiempo de Espera
- 12.- Cetonas

Estos videos están disponibles en el canal de YouTube de ADIVA.

VIDEOS

Enlace a Youtube: www.youtube.com/channel/UCGPcvXts-NUUIdoOKc6myFg/videos

ATENCIÓN PERSONALIZADA EN LA SEDE.

Se ha mantenido abierta la Asociación durante todo el año aunque, en los meses iniciales y por temas vinculados a la situación generada por la Covid, con horario restringido hasta el mes de octubre que comenzó a ampliarse hasta llegar al horario habitual.

En esta atención en la sede se ha facilitado información sobre cuestiones relacionadas con la enfermedad y aclarado dudas para un mejor control de la misma; se ha proporcionado documentación que las personas con diabetes o sus familiares pudieran necesitar como soporte o apoyo, la cual, ha sido facilitada a ADIVA por los laboratorios farmacéuticos a través de la relación constante que se mantiene con ellos. Además, se ha facilitado material a todas las personas que lo han solicitado en determinadas ocasiones al no recibirlo a través de su Centro de Salud, como tiras para glucemias, tiras de cuerpos cetónicos, cartillas para control glucémico e incluso algún glucómetro.

También se ha informado sobre las diferentes actividades organizadas y la labor que se lleva a cabo en beneficio del colectivo de pacientes con diabetes a todos los niveles.

CORREO ELECTRÓNICO, REDES SOCIALES DE ADIVA (WEB, FACEBOOK, TWITTER, INSTAGRAM) GRUPOS DE WHATSAPP (FAMILIA, TECNOLOGÍAS DE CONTROL DIABETOLÓGICO Y COMUNICACIONES)

De forma habitual se utiliza el correo electrónico y las redes sociales para estar en contacto permanente con los asociados informándoles y haciéndoles llegar las últimas novedades, noticias de interés y actividades programadas. También son fuentes de información fiable para aquellas personas con diabetes o familiares, que no forman parte de la Asociación, pero que las visitan de forma habitual.

Respecto a los grupos de WhatsApp hay dos operativos. Uno para las familias y otro vinculado a las tecnologías de seguimiento y monitorización de la enfermedad. Son grupos proactivos que, además, sirven para compartir experiencias y establecer relaciones de colaboración y resolución de dudas entre los participantes.

Asimismo, a finales de 2021 se ha puesto en marcha una Lista de Distribución de Comunicaciones via whatsapp, con el objetivo de facilitar formación o información más específica, que requieren no tanto la interrelación con los asociados, sino que son noticias y publicaciones de relevancia a tener en cuenta. Esta Lista de Distribución se irá ampliando hasta incorporar a todos los socios de ADIVA.

Correos informativos que se han enviado a los 448 socios que disponen de esta forma de contacto:

- Webinar: ***“Claves para manejar la diabetes tipo 2 a través de la actividad física”***
 - 14 de abril de 2021 a las 17:00h
 - Por el preparador físico **Roberto Bonilla**
- Webinar: ***“Características técnicas del FreeStyle libre 2”***
 - 20 de abril a las 18 horas
 - organizada por la FADCYL (Federación de Asociaciones de Diabetes de Castilla y León de la cual forma parte ADIVA)
- Webinar ***Ictus y Diabetes: “Riesgos vasculares y la importancia del tiempo”.***
 - 22 de Junio, de 17:00 a 18:00 horas,
- Webinar ***“Avances en diabetes tipo 1 y tipo 2”,***
 - 7 de octubre, a las 10:30 horas,
- Webinar ***“IV edición del Campamento Online FreeStyle Connect”***
 - 13 de octubre de 17:00 a 19:00h,
 - Con los siguientes ponentes:
 - **Victor Küppers:** conferenciante especializado en charlas motivacionales.
 - **Salena Sáinz** - dietista-nutricionista.
 - **Andrés Morón**- paciente empoderado
- Webinar ***“Diabetes y pie diabético”***
 - 24 de noviembre a las 10,30 de la mañana

ENVIO REVISTAS SOBRE DIABETES Y CIRCULARES INFORMATIVAS.

La revista “DIABETES” publicada por la SED (Sociedad Española de Diabetes) se ha estado haciendo llegar a los domicilios de todos los asociados de forma periódica y gratuita, con carácter bimensual. Desde mediados del año 2020, se ha realizado el envío de forma online a quienes así lo solicitaron, junto con la circular informativa u otras noticias de interés. Al resto de los asociados, en su mayoría de edad avanzada, o no están familiarizados con el uso de internet, el medio utilizado ha sido correo postal, siendo el mes de diciembre, el último envío posible, ya que, esta publicación ha dejado de imprimirse en formato papel.

448 SOCIOS HAN RECIBIDO INFORMACIÓN PERIÓDICA A TRAVÉS DEL CORREO ELECTRÓNICO

- **Reuniones, congresos y acuerdos de colaboración llevados a cabo con distintas entidades para prestar un mayor apoyo y servicio a las personas con diabetes de la provincia de Valladolid**

Como asociación de pacientes, entre los objetivos que figuran en sus estatutos, está el colaborar con las distintas Administraciones Públicas en la prevención y tratamiento de la enfermedad, así como la defensa de los intereses del colectivo de personas a las que representa. Para ello, miembros de la Junta Directiva participaron durante el año 2021 en los encuentros y reuniones que se indican a continuación:

.- Reunión con el Jefe del Área de Programas Educativos de la Dirección Provincial de Educación de Valladolid (Consejería de Educación) para la presentación del video **“Oscar, mi condición de vida”** y recabar su apoyo en la difusión a los Centros Educativos de Valladolid y provincia.

- Finales de septiembre

.- Reunión con el Diputado de Servicios Sociales e Igualdad de Oportunidades, D. David Esteban, para la presentación del video divulgativo **“Oscar, mi condición de vida”** y abordar el **“I Encuentro Regional de familias Dt1”**.

- 6 de octubre

.- Presentación en los medios de comunicación, con la asistencia del Diputado de Servicios Sociales e Igualdad de Oportunidades, D. David Esteban, del video-documental **“Oscar, mi condición de vida”**.

- 7 de octubre

.- Reunión para presentar las actividades del Día Mundial de la Diabetes con el responsable del Área de Salud Pública y Seguridad Ciudadana del Ayuntamiento de Valladolid, D. Alberto Palomino.

- 8 de octubre

.- Reunión con la Consejera de Sanidad, D^a Verónica Casado, como entidad que ostenta la presidencia de FADCYL para abordar la **“Estrategia en Atención Primaria en Castilla y León”**.

- 20 de octubre

.- Reunión con el Director General de Formación Profesional, Régimen Especial y

Equidad Educativa (Consejería de Educación Junta de CyL), D. Agustín Francisco Sigüenza Molina, como entidad que ostenta la presidencia de FADCYL, para abordar la elaboración conjunta de la **“Guía para la atención del alumnado con Diabetes”**.

- Finales de octubre:

.- Acuerdo de colaboración entre el Equipo de Educación del Hospital Universitario Río Hortega de Valladolid y ADIVA para la elaboración y difusión de los videos **“EducaDiabetes.”** para ayudar en el manejo de la diabetes tipo 1, a través de las redes sociales de la Asociación.

- Finales de octubre,

.- Reunión con la Jefa de Gabinete del Ayuntamiento de Valladolid, D^a Beatriz Hernández para dar a conocer las actividades previstas con motivo del **Día Mundial de la Diabetes** y la puesta en marcha de una campaña de detección precoz de esta enfermedad entre la población vallisoletana mediante la difusión de un video informativo-formativo.

- 6 de noviembre 2021

.- Como entidad que ostenta la presidencia de FADCYL, reunión con CREECYL- Consejería de Educación para crear el grupo de trabajo que elabora la **Guía para la Atención del alumnado con Diabetes en Castilla y León**.

- Mediados de noviembre

.- Participación y asistencia a las **“IV Jornadas Nacionales de Innovación en Diabetes”**, celebradas en Valladolid.

- 30 de noviembre:

.- Reunión con el Presidente de la Diputación, D. Conrado Iscar para la presentación del **“Proyecto de hostelería-Diabetes a la Carta”** que desea implantar y difundir la Asociación en la provincia de Valladolid en colaboración con el Colegio de Dietistas y Nutricionistas de CyL, la Asociación Provincial de Empresarios de Hostelería y con la colaboración de “Alimentos de Valladolid”.

- 3 de diciembre:

.- Acuerdo de colaboración con la **Universidad Europea Miguel de Cervantes** mediante un convenio en el que se prestará atención odontológica a los socios y socias de ADIVA. Algunos de esos servicios serán de forma gratuita y otros tendrán un coste reducido para miembros de ADIVA.

- Finales de diciembre

Entre los servicios que en la actualidad están a disposición de los miembros de ADIVA se encuentran (previa cita previa, con el carnet de socio y estar al corriente del pago de la cuota):

- **Consulta de podología:** Eduardo Simón Pérez (605884217)

- **Consulta de oftalmología en el IOBA** con importantes descuentos para el socio y familiares hasta el segundo grado (983423559)
- **Atención odontológica Universidad Europea Miguel de Cervantes** (983001001)
- **Restaurante ¡Eh Voila!** (983 25 93 69)

• Otros proyectos de interés

PROYECTO DE HOSTELERÍA: DIABETES A LA CARTA

Con el apoyo de la Diputación de Valladolid, se puso en marcha en 2021 la primera parte de este proyecto para facilitar la integración en la sociedad de las personas con Diabetes, mediante el acceso a información detallada de alimentos, concretamente de la cantidad de Hidratos de Carbono de los platos que integran el menú, en las cartas de los establecimientos de hostelería de la provincia de Valladolid.



El proyecto contribuye, por tanto, a normalizar la vida de las personas con diabetes tanto en actividades lúdicas, sociales como laborales que impliquen comer fuera de casa, facilitando el conocimiento del número de HC ingeridos para poder administrar la insulina correspondiente según la pauta marcada por los médicos a cada paciente.

Proyecto pionero a nivel nacional, en 2021 se ha estado trabajando en la elaboración de las herramientas de difusión y en el establecimiento del marco de trabajo conjunto entre las partes implicadas (ADIVA, Asociación de Hostelería, CODINUCYL y Diputación-Alimentos de Valladolid) y en la adherencia de los restaurantes al proyecto, así como, en la prestación del servicio para la elaboración de las cartas atendiendo a las necesidades del colectivo de las personas con Diabetes.

Durante el año 2022, se va a continuar trabajando en la difusión e implantación de este proyecto entre el gremio de hostelería de la provincia y en dar la mayor difusión posible de los establecimientos adheridos tanto entre los socios y sus familiares, como la ciudadanía en general.

**LA INFORMACIÓN DETALLADA DE LOS PLATOS –
MENÚS DE LOS ESTABLECIMIENTOS HOSTELEROS
FACILITA LA INTEGRACION DE LAS PERSONAS CON
DIABETES EN LA SOCIEDAD**