

PROGRAMA

MANEJO PERSONAL DE LA DIABETES

Departamento de Salud



El **Manejo Personal de la Diabetes** es una iniciativa basada en evidencia, con el fin de promover estilos de vida saludables en la población de **personas con diabetes**, fortaleciendo su apoderamiento, independencia y las herramientas de auto-manejo exitoso para cultivar comunidades más felices y saludables.

El programa se compone de **6 talleres** que se ofrecen durante 6 semanas consecutivas. El siguiente reporte presenta los resultado del programa para el periodo de **febrero a agosto 2022**.

IMPLEMENTACIÓN

67 

Participantes

Personas participaron del programa

57 

Retención

Participantes completaron de 4-6 sesiones del programa (85%)

5 

Implementaciones

del programa

5 

Entidades

se implementó el programa

Municipio donde se implementó el programa (5)



PERFIL DEL PARTICIPANTE

73% 
Mujeres (35)

70 
Años
Mediana de edad
• 30 a 92 años

73% 
Escuela Superior
o menos (35)

38% 
Casados /conviven (18)
• 35% viudo (17)

65% 
Retirados (31)

83% 
Reside en su casa
(40)

42% 
Vive solo (20)
• 38% con su esposo(a) (18)

56% 
Tienen
Medicare (27)

71% 
Participante con
Enfermedad Crónica
(34)

CONDICIONES DE SALUD

48% 
Tienen diagnóstico de
Diabetes (23)

33% 
Tienen diagnóstico de
Hipertensión (16)

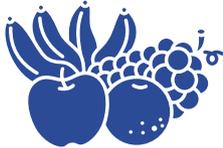
27% 
Tienen diagnóstico de
Artritis (13)

21% 
Tienen diagnóstico de
Colesterol Elevado (10)

13% 
Tienen diagnóstico de
Asma (6)

RESULTADOS

21%



Aumentó el consumo de **frutas**

- 63% consume frutas de 4-6 días a la semana

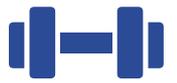
52%



Aumentó el consumo de **Vegetales**

- 46% consume vegetales de 4-6 días a la semana

50%



Aumentó la **Actividad física**

- 44% realiza actividad de 4-6 días a la semana

92%



No consume **tabaco**

41%



Aumentó la confianza de **manejar su condición**

- 48% indicaron tener buena confianza

52%



Perciben que mejoró su **estatus de salud**

- 48% indicaron tener una buena salud

93%



No visitó **sala de emergencia**

*últimas 6 semanas

93%



Visitó a su **médico generalista**

*últimas 6 semanas

83%



Muy satisfechos con el programa

Su salud es importante!
Actúa Hoy



CONTACTO

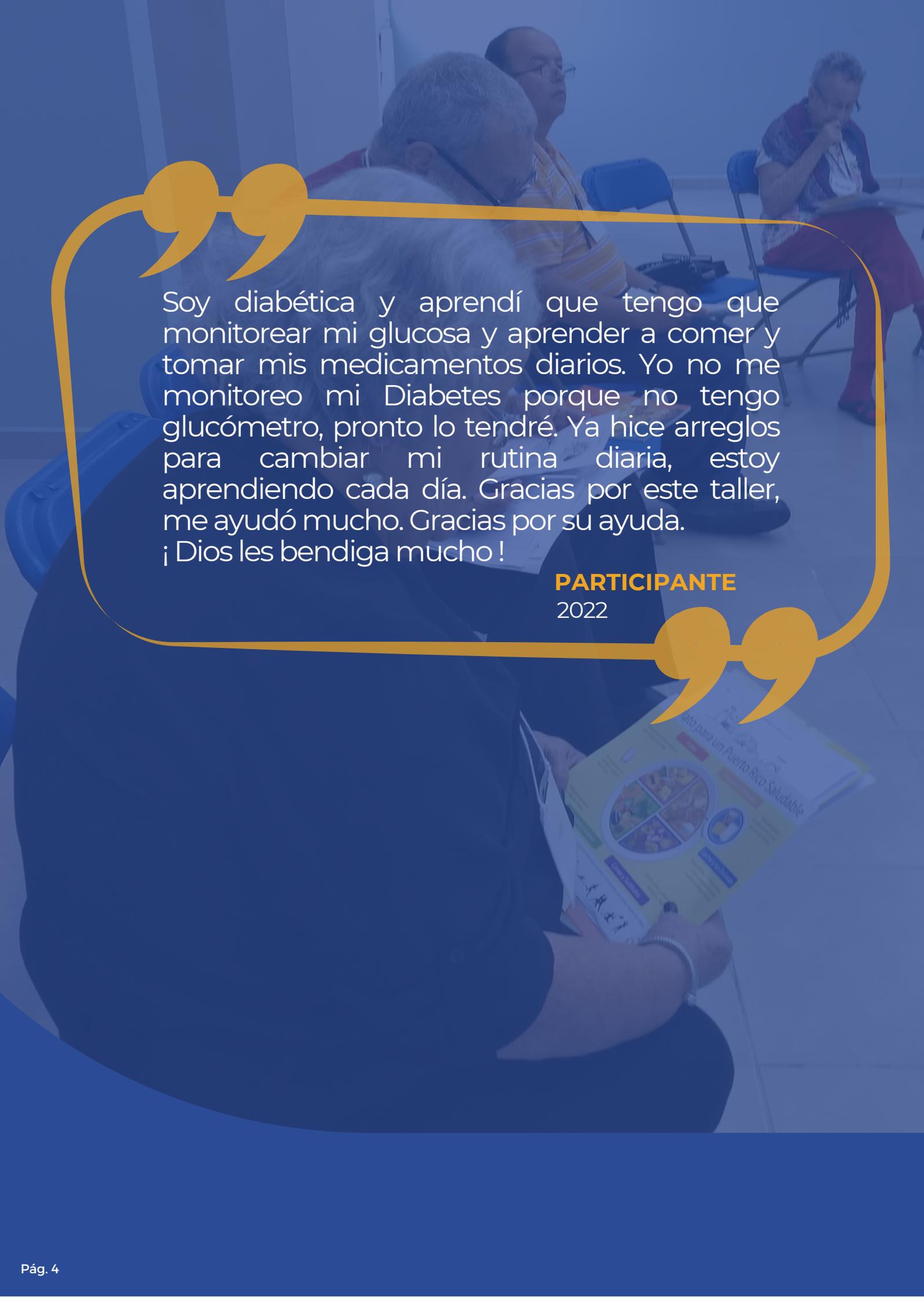
 automanejo@salud.pr.gov
 787-765-2929 EXT. 4127
 www.salud.pr.gov

CITA SUGERIDA

Díaz, R., Felici, M., Pérez, L. (Dic 2022) Resultados del Programa de Manejo Personal de la Diabetes, Secretaría Auxiliar de Salud Familiar Servicios Integrados y Promoción de la Salud, Departamento de Salud de Puerto Rico.

DEPARTAMENTO DE **SALUD**





Soy diabética y aprendí que tengo que monitorear mi glucosa y aprender a comer y tomar mis medicamentos diarios. Yo no me monitoreo mi Diabetes porque no tengo glucómetro, pronto lo tendré. Ya hice arreglos para cambiar mi rutina diaria, estoy aprendiendo cada día. Gracias por este taller, me ayudó mucho. Gracias por su ayuda. ¡ Dios les bendiga mucho !

PARTICIPANTE

2022