

Recursos para ayudarlo a manejar la diabetes

Sabemos que cuidar de su diabetes a veces puede ser abrumador.

Esta lista está diseñada para ponerle en contacto con organizaciones, herramientas y recursos que le ayuden a manejar su diabetes y a encontrar soluciones a los obstáculos que le impiden alcanzar sus objetivos de salud. Trabaje en colaboración con su equipo de atención médica y su proveedor para determinar los recursos que le serían de mayor ayuda.

Para obtener ayuda para pagar por medicamentos e insumos



Insulinhelp.org

Fabricantes de insulina que ofrecen asistencia inmediata y recursos a largo plazo para los pacientes que tienen dificultades para costear los medicamentos para la diabetes.



NeedyMeds

Organización nacional sin fines de lucro que pone en contacto a las personas con programas que les ayudan con el costo de los medicamentos e insumos para la diabetes.



RxAssist

Base de datos integral de programas de asistencia para pacientes de las empresas farmacéuticas que les proporcionan medicamentos gratuitos a las personas que no pueden costearlos.

Aplicaciones gratuitas para ayudarlo a manejar su diabetes



MySugr

Le ayuda a manejar su diabetes. Interfaz de tablero y capacidad para sincronizarse con su monitor de glucosa con recordatorios que le invitan a realizar un seguimiento aportando más datos (como los niveles de azúcar en la sangre después de un entrenamiento). Le permite ver su HbA1c estimada, calcular su necesidad de insulina y enviarle informes a su médico.



Beat Diabetes

Una aplicación informativa para quienes acaban de ser diagnosticados con diabetes. Incluye consejos para prevenir complicaciones, estrategias para el manejo de la enfermedad, opciones de tratamiento actualizadas, las mejores opciones de alimentación y consejos de salud diarios.



Diabetes:M

Le ayuda a manejar su diabetes. Las funciones le permiten registrar sus niveles de glucosa, llevar un registro de la ingesta de alimentos, configurar recordatorios para las pruebas y puede integrarse a las aplicaciones de acondicionamiento físico. También le permite enviarle informes detallados a su médico.

Aplicaciones gratuitas para ayudarle con sus objetivos de nutrición y acondicionamiento físico



Fooducate

Le ayuda a determinar qué alimentos son los mejores para mantener sus niveles de azúcar en la sangre dentro de un rango saludable y le facilita la tarea de dar seguimiento y descubrir más información sobre los alimentos que consume.



Sparkpeople.com

Le ayuda a llevar un registro de su alimentación y actividad como apoyo a sus objetivos personales de salud. Ofrece recetas con información nutricional y consejos generales sobre salud y bienestar.



MyFitnessPal.com

Ayuda a la consecución de objetivos. Lleve un registro de las calorías, un detalle de los ingredientes y un registro de las actividades. Infórmese sobre recuento de calorías, información nutricional y tamaño de las porciones.

Organizaciones que le ayudarán a informarse más sobre la diabetes y le pondrán en contacto con un grupo de apoyo

Organización	Resumen general	Información de contacto
Asociación Americana de Diabetes	Información sobre la diabetes, comunidad de apoyo, enlaces con programas educativos y recursos para ayudar a manejar la diabetes.	diabetes.org https://www.diabetes.org/
TypeOneNation	Red social para personas con diabetes tipo 1 (DT1), sus familias y amigos. Los miembros intercambian información, respuestas y apoyo. Cualquier persona mayor de 13 años puede inscribirse, conectarse con otras personas y unirse a la conversación.	forum.jdrf.org https://forum.jdrf.org/
DiabetesCare.net	Recursos para aprender, explorar, hacer preguntas, interactuar y compartir experiencias relacionadas con la vida con diabetes. El sitio incluye acceso a blogs, foros, recetas, herramientas y calculadoras para ayudar con los riesgos y los requisitos en materia de alimentación.	DiabetesCare.net http://www.diabetescare.net/?u=sc
diaTribe	Publicación en línea centrada en el paciente que proporciona información útil y práctica sobre una amplia variedad de temas relacionados con la diabetes.	diatribe.org https://diatribe.org/type-1-diabetes
Beyond Type 1	Biblioteca en línea con recursos informativos y enlaces con programas de apoyo para personas afectadas por la diabetes tipo 1.	beyondtype1.org https://beyondtype1.org/about-beyond-type-1/