

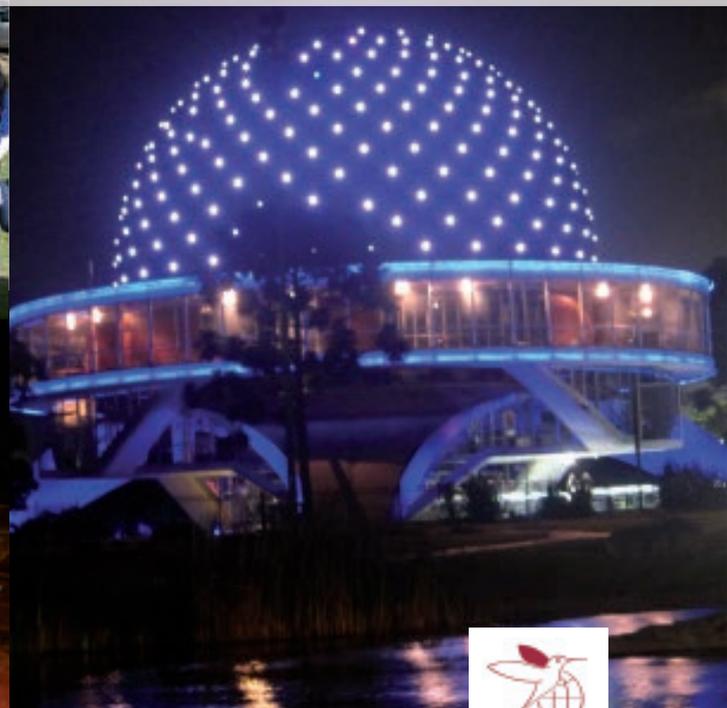
NUESTRA VOZ



REVISTA DE LA FEDERACION ARGENTINA DE DIABETES | AÑO 8 - N° 38 - DICIEMBRE 2012



DIA MUNDIAL DE LA DIABETES



ACCU-CHEK® Performa Nano

Roche



NUEVO

Tamaño Real

Accu-Chek® Performa Nano

Diseño innovador. Tecnología insuperable.

Nuevo Sistema Accu-Chek Performa Nano.
La tecnología se vuelve más pequeña e inteligente.

- Pantalla retroiluminada de fácil lectura
- Mínima muestra de sangre 0.6 µl
- Rápida medición en sólo 5 segundos

Conózcalo en www.accu-chek.com.ar

Servicio de Atención al Cliente

Accu-Chek® Responde



0800-333-6365

0800-333-6081

Sienta lo que es posible.

Ensayo orientativo para el autocontrol de la glucemia sin valor diagnóstico.
Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

ACCU-CHEK®

COMISIÓN DIRECTIVA 2012

PRESIDENTE

Sr. Norberto R. Flageat - DIEVI

VICEPRESIDENTE

Dra. Marcela de la Plaza - ADILU

SECRETARIO

Sr. Guillermo de Fontenelle - ADILU

PRO- SECRETARIO

Sr. Marcos Panozzo Menegay - ACAD

TESORERO

Dr. Christian Gali - DIEVI

PRO- TESORERA

Sra. Lucrecia Villar - D-ORG

VOCALES TITULARES

1º Prof. Nicolás Arce - AVIADI

2º Prof. Jorge Luna - DIEVI

3º Prof. Andrea Romo -ADILU

4º Prof. Judit Laufer - D-ORG

5º Prof. Augusto Liñan - ADIFOR

VOCALES SUPLENTE

1º Sra. Verónica Pérez - MISKY

2º Sr. Pedro Lingiardi - GADIF

3º Sra. Haydee Taborda - ASDI

ORGANO FISCALIZADOR

1º CPN Gustavo Devolder - AVIADI

2º Sr. Edgardo Erreforcho - ADILU

3º Srta. Karina Gil - D-ORG

COMITÉ DE ASUNTOS LEGALES

Dr. Christian Gali - DIEVI

Dra. Romina Gali - DIEVI

Dr. Alberto Rantucho - CIVES

SUB COMISIONES FAD**JUVENIL**

Director: Dr. Christian Gali - DIEVI

Sr. Emanuel Vaccañi - ASDI

ACTIVIDAD FÍSICA Y EVENTOS

Director: Prof. Nicolás Arce - AVIADI

Prof. Jorge Luna - DIEVI

EDUCACIÓN

Prof. Judit Laufer - D-ORG

Lic. Dora Ciappini - FAD

RED SOLIDARIA

Director: Sr. Guillermo de Fontenelle - ADILU

Sra. Verónica Pérez - MISKY

FINANZAS

Dra. Marcela De La Plaza - ADILU

Dr. Gabriel Lijteroff - ASADIA

APOYO A NUEVAS ASOCIACIONES

Sr. Guillermo de Fontenelle - ADILU

Tec. Mariela Bertini - FAD

PRENSA Y DIFUSIÓN

Coordinador: Gerardo Rodríguez

Sr. Marcos Panozzo Menegay - ACAD

SECRETARIA ADMINISTRATIVA

Tec. Mariela Bertini

NUESTRA VOZ

Año 8-Nº 38

Diciembre 2012

prensa.fad@gmail.comwww.fad.org.ar

Llegando al final de este intenso 2012 y en este último número del año, tenemos, entre muchas noticias alegres, una que no lo es.

El festejo de este **DIA MUNDIAL DE LA DIABETES** excedió el marco estricto de la fecha. Así, durante toda la semana, se sucedieron diferentes acciones para conmemorarlo.

Por vez primera, en la ciudad de Buenos Aires, además de las iluminaciones de edificios emblemáticos que sugiere la FID y que hemos llevado adelante juntamente con la SAD y LAPDI, este año hemos intentado algo distinto.

Con la intención de brindarnos a nosotros, la gente con DM, una caricia para el espíritu, se generó en el teatro IFT en la noche del 13 el **Festival "Música Para Nuestra Gente"**, con artistas de 3 diferentes géneros, tango, lírico y música urbana, que resultó un verdadero suceso.

También en esa semana se desarrollaron en el CeNARD y con auspicio de la FAD, los **Juegos Deportivos Argentinos para Jóvenes con Diabetes**, con la concurrencia de asistentes de diferentes provincias..

En los bosques de Palermo se realizó la habitual maratón de **Farmacity**, de la cual participamos como asistentes y también como organizadores.

Además, y como ya es costumbre, en este número está presente el habitual espacio de temas **Legales**, la recomendación de alguna rica **Receta de comida saludable**, diferentes participaciones de miembros de la Federación en Charlas de Educación y apoyando la formación de nuevas asociaciones en el **Hospital de Clínicas** y más...

Finalmente la noticia triste que anticipábamos también nos acompaña.

Se trata del reciente fallecimiento de Arturo Luis Gonzalez, presidente de AMADIA, nuestra asociación miembro de Puerto Madryn,

A su familia y los miembros de esa asociación, nuestra expresión de respeto y sentido pésame.



Norberto R. Flageat
Presidente

Índice

Informes FAD	4
Educación Diabetológica en el Hospital de Clínicas	5
Actividades del Día Mundial de la Diabetes	6
VI Juegos Deportivos para personas con Diabetes	11
Alimentación Natural	13
4º Encuentro Regional de Jóvenes con Diabetes	14
Situación de I.O.M.A. y O.S.E.C.A.C	16
Mapa de Asociaciones	18

Buscanos en Twitter y en Facebook y comentanos que te parecieron las notas de este número. El reconocimiento, las ideas, las sugerencias y la crítica constructiva nos permite seguir creciendo!!!

Facebook: www.facebook.com/fad.diabetes

Twitter: @FADArgentina

Además consultá nuestra página web y mantente informado sobre los distintos eventos planificados para el año: www.fad.org.ar

INFORMES FAD

TURISMO SOCIAL

Nos es grato informarles que el día 25/11/2012, la FEDERACIÓN ARGENTINA DE DIABETES, ha suscripto un convenio con el SINDICATO DE LUZ Y FUERZA, a efectos que los miembros activos de las Asociaciones que componen a la F.A.D., puedan realizar con sus familiares directos, turismo social nacional en los Hoteles sindicales y a valores promocionales. Para mayor información, disponibilidad hotelera y costos, pueden consultar en www.fad.org.ar o al mail: turismo.fad@gmail.com donde la Subcomisión de Turismo F.A.D. coordinada por la Dra. Romina F. Gali y siendo colaboradoras Mariela Bertini y Pamela Cupi Leyton, les indicarán los pasos a seguir para acceder al beneficio. Asimismo, les hacemos saber que la F.A.D. no recibe ningún beneficio económico por este servicio.



Este número queremos dedicarlo en nombre de toda la FAD a
ARTURO LUIS GONZALEZ
(AMADIA).

¡HASTA SIEMPRE AMIGO!

COMITÉ CIENTÍFICO

Director:

Dr. Gabriel Lijteroff (ASADIA)

Miembros:

Dr. Gustavo Ceccato (AMADIA, Pto. Madryn)

Dr. Sergio Céspedes (ALUDI, Villa Constitución)

Dr. Ciro Busso (ASDI, Sta. Fe)

Dra. Marcela de la Plaza (ADILU, Luján)

Dr. Luis de Loredo (Córdoba)

Dr. Ruben Donnet (ADDC, Rafaela)

Bioq. Alejandro Ferpossi (ADDC, Rafaela)

Dr. Fernando Krynski (DIEVI, CABA)

Dr. Julio Szuster (DIEVI, CABA)

Dr. Julio Bragagnolo (CABA)

Dr. Carlos Markmann (ASODIAB, CABA)

Dr. Jorge Prez (DIABETES POR LA VIDA, (Reconquista)

Dr. Gustavo Díaz (FUNGAD, Carlos Paz)

Pdga. Haydee Taborda (ASDI, Sta. Fe)

Lic. María Natalia Sanchez (Mendoza)

Dra. Cristina de la Mata (Rosario)

Educación Diabetológica en el Hospital de Clínicas

En el marco de los talleres grupales de Educación Diabetológica que se desarrollan en el Htal de Clínicas, la FAD fue invitada a compartir el último del ciclo 2012. Destacaba la Dra. Fernandez que, el próximo año, cumplirán 15 años de historia como espacio de aprendizaje, solidaridad y compromiso. Se hicieron presente Judit Laufer y Norberto Fla-geat para dar sus testimonios de vida.

Según palabras de la dra. Fernandez, la invitación tenía como objetivo el mostrar con ejemplos, el como se puede transformar una situación adversa en una situación positiva. Empoderamiento como concepto, fue tratado entre los participantes. El equipo de salud, está motivando a este grupo para que se constituyan de manera organizada hasta con un marco legal.

La FAD, dentro de su lista de profesionales en el encuentro de V.Giardino, ha contado con la colaboración desinteresada de la Dra. Fernandez, quien transmitió su experiencia en el Mega-Evento, entusiasmando a la gente a participar en el próximo.



La jornada fue dando lugar a otras actividades: a un número de tango y un brindis.

Desde la FAD, un reconocimiento a la Dra. Fernandez y a los otros profesionales que la acompañan como así también a las personas con diabetes y sus familiares por la tarea y los logros obtenidos.

Judit Laufer



Calzado para Pie Diabético



Calzado de horma extra amplia.
Interior recubierto en Silicona Micro-aireada.
Máximo confort y protección.
Sensación placentera y de bienestar al caminar.



shape siliconair

Línea exclusiva de atención al paciente.
0810 333 5669 línea Shape Siliconair
www.websiliconair.com



Productos de Silicona.
Salud, Investigación y Desarrollo.

Día Mundial de la Diabetes

Actividades del 14 de Noviembre en la Ciudad de Buenos Aires

Por Judit Laufer*

Bajo la consigna "Protejamos nuestro futuro" la Federación Argentina de Diabetes se sumó, como ya lo viene haciendo desde tiempo atrás a la Conmemoración del Día Mundial de la Diabetes, aunando sus esfuerzos a las distintas asociaciones miembros de la Federación Internacional de Diabetes.

En Ciudad de Buenos Aires, la FAD adhirió a la conmemoración, con una serie de actividades que ya desde comienzos del mes de noviembre se llevaron a cabo. Una comisión conformada por miembros de la Comisión Directiva y Sub-Comisiones de trabajo se hicieron cargo de la planificación y concreción de las actividades.

3 de noviembre, día del cierre del Ciclo de Charlas de Educación Diabetológica en Ciudad de Buenos Aires:

Un ciclo que durante todo el año convocó a personas con diabetes, sus familiares, miembros de equipo de salud, destinó un bloque de la jornada a compartir con el público asistente acerca de la importancia del DMD como la Campaña de concientización sobre Diabetes promovida desde la FID (Federación Internacional de Diabetes) a la cual la FAD adhiere, reflejando este accionar en todas sus actividades.





Judit Laufer hizo mención de los mensajes principales propuestos por la FID para ser difundidos. Los mismos fueron debatidos con los presentes: -“Acceso a Educación esencial para todos”-“La forma en que vivimos está poniendo en riesgo nuestra salud”-“Las personas con diabetes se enfrentan al estigma y la discriminación”

Y como cierre de esta jornada, el pasaje del video animado de FID permitió ilustrar aún más la Campaña. Y a todos los presentes, se les ofreció lucir en las solapas el Círculo azul, símbolo que identifica estando UNIDOS POR LA DIABETES.

La Policia Metropolitana, recibió a la FAD:

En esta oportunidad- 9 de noviembre- , el objetivo fue difundir entre los 585 integrantes de esta Fuerza, sobre cuestiones relacionadas con la Diabetes. Habiendo sido convocados ya por segundo año consecutivo, Norberto Flageat como presidente de Federacion, Dr. Gabriel Lijteroff como director del Comité Científico y el Prof. Jorge Luna, que resaltaron la importancia de generar estos espacios en los cuales las charlas informativas y testimonios vivenciales son acciones fundamentales para erradicar falsos conceptos.



El 1er. Festival “Música para Nuestra Gente”:

El festival fue organizado por primera vez por la FAD, el pasado 13 de noviembre, contando con el auspicio de la FID y los avales de la SAD y Lapdi.

Habiendo sido distribuidas las invitaciones para participar de este Evento, en el hall de entrada del teatro IFT, muchos de los convocados fueron llegando para tomar sus lugares y poder así, disfrutar de un encuentro en el que distintos géneros musicales: el tango, la lírica y la música urbana fueron del deleite de los presentes.

La noche con sus mensajes sobre la importancia de la información y educación en diabetes y con el símbolo del círculo azul, iba tomando luz, sonido, protagonismo junto con el canto y la danza.



Invitados especiales como ser el presidente de la SAD: Dr. León Litwak, la presidente de Lapdi: Sra. Antonia Dinardo y el presidente de FAD: Sr. Norberto Flageat, dirigieron palabras al público acerca de algunos de sus proyectos institucionales en pos del voluntariado, las personas con diabetes y los equipos de salud.



Ya cuando las luces y el sonido en el Teatro se fueron apagando, el motivo que nos convocaba: “Aprender más sobre la enfermedad, Proteger Nuestro Futuro” mantenía su protagonismo intacto.

¿QUÉ VES CUANDO TE MIDES?

Nosotros vemos tu vida,
no la diabetes



Precisión en cada medición

ONETOUCH[®]
Vive la vida



www.onetouchla.com

Seguinos en  Onetouch[®] Diabetes Latinoamerica

Atención al paciente 0800-555-5433
contactenos@onetouchargentina.com

Johnson & Johnson

MEDICAL COMPANIES

Monseñor Magliano 3061 - San Isidro
B1642GLA Buenos Aires - Argentina

La FAD en la 4ta. Edición de la Caminata Farmacity :

Nuevamente fue recibida la invitación para con sus miembros y la presentación del stand institucional, a sumarse a la 4ta. edición de la Caminata Farmacity. Se hicieron presente durante la jornada la Sra. Mabel Ciappini, el Sr. Norberto Flageat, el Dr. Christian Gali y la Prof. Judit Laufer en nombre de la FAD. Esta última, fue la responsable de contactarse con los miembros de la organización de Farmacity y mantener una comunicación fluida con los mismos acordando los detalles de la presentación. Los prof. Cecilia Modi y Jorge Luna, fueron quienes llevaron la actividad de la Caminata adelante.



Un día espectacular, 17 de noviembre, nos encontró armando nuestro stand y preparando todo el material previsto para repartir. Después de escuchar a la vice-jefa de Gobierno María Eugenia Vidal, quien marcó el comienzo de la Actividad, y con quien el Sr. Flageat cruzó palabras de presentación haciéndole entrega de la carpeta Institucional. Así, entonces, se largaba esta 4ta. Caminata.

Numerosas personas se acercaron al stand de FAD para manifestar consultas las cuales fueron atendidas y orientadas a ponerse en contacto con la FAD a través de su casilla institucional y página web. Sin embargo, en el momento, se les fue en-



regado un abultado material de información.

Distintos medios: radiales y televisivos hicieron la cobertura del Evento y el nombre de la FAD como entidad participante fue mencionado en reiteradas oportunidades.

Ya en el cierre de esta jornada, y a medida que la gente se retiraba del predio, quedaba entre quienes nos habíamos convocado para el compromiso, el sabor de la tarea cumplida con una presencia responsable.



El 14 de noviembre, es una fecha para recordar. Un mes que convoca a llamar la atención de la comunidad para saber más acerca de Diabetes. Un compromiso de FAD durante todo el año: trabajar junto a las personas con diabetes y sus familiares para convertir la información en Educación, y la Educación en Prevención.



(*) Judit Laufer

Coordinadora Actividades DMD en C.A.B.A
 Presidente Diabéticos.Org (Asociación Civil sin fines de lucro)
 Miembro Sub-Comisión de Educación (FAD)
 Miembro Fundar- (Foro Unidos por la DM en Argentina)
 Miembro titular Comisión Directiva (FAD).

VI Juegos Deportivos para Personas con Diabetes

Por Dr. Fernando Krynski*

En el marco del mes de la Diabetes, la Secretaría de Deportes de la Nación con el auspicio del Laboratorio Roche, la SAD y FAD, realizó en las instalaciones del CeNARD (Centro Nacional de Alto Rendimiento Deportivo), los sextos juegos Deportivos para Personas con Diabetes.

Al mismo concurren diabéticos tipo 1 y 2 los días 16, 17 y 18 de Noviembre, que participaron en natación, fútbol mixto, atletismo 100 mts, hombres y mujeres, carreras de postas, salto en largo, lanzamiento de bala, newcomb y voleibol.



Resultó gratificante encontrar chicos de distintas provincias (CABA, Buenos Aires, Entre Ríos, Santa Fe y Tucumán) compartiendo el "vivir con diabetes", riéndose y al rato motivándose para ver quien nada más rápido o llega primero a la final de 100 metros. Mas allá de compartir comidas, o juegos de mesa, los unía una ilusión: cuidar su salud, que en el fon-



do es cuidar la vida, nosotros los médicos decimos "Calidad de Vida".

Tener diabetes no es fácil, pero el deporte y la actividad física, permite vincularnos, descargar la energía que tenemos adentro, no en nuestro cuerpo, sino en la cancha, pista o gimnasio, lo que llevará a sentirnos mejor, y bajar nuestras hemoglobinas glicosiladas a valores que ninguna insulina por sí sola logrará.

La diabetes genera memoria metabólica, especialmente si la maltratamos, pero el ejercicio genera memoria deportiva, si juntamos las dos, buen control glucémico y hábito deportivo, viviremos mejor.

Cien personas presentes en el Cenard dieron fe de esto, disfrutando el fin de semana, compartiendo la fiesta Accucheck con nuevos amigos. La medalla en el pecho, fue un símbolo para convencer a los sedentarios que nos rodean, de que aprovechen un arma barata, fácil y útil que se llama actividad física.

Con el deporte, se mejora la glucemia, las grasas, la circulación, la oxigenación cerebral, la postura, el stress, en fin, la vida

Salud para dos nuevos amigos: la Diabetes y las Zapatillas



(*) Dr. Fernando Krynski
MN 63884
Miembro del comité científico de la FAD



FlexPen® Nueva Generación



¡De Novo Nordisk®, por supuesto!

¡Nuevo! Menos fuerza en la aplicación de la dosis vs. competidores^{1,2}

- Establece nuevos estándares con una inyección más cómoda³

¡Nuevo! Lapiceras codificadas por color

- Fácil de identificar

Precisión en la dosis superior vs. competidores^{4,5}

- Confíe en FlexPen® para obtener más precisión en la dosis, una y otra vez^{4,5}

Referencias:

1. Asakura T et al. Evaluation of injection force of three insulin delivery pens. Expert Opin Pharmacother. 2009; 10(9):1389-1393. 2. Rissler J et al. Evaluation of the injection force dynamics of a modified prefilled insulin pen. Expert Opin. Pharmacother. (2008) 9(13):2217-2222. 3. Somavilla B et al. Patient usability of a prefilled insulin pen. Data on file 2008. 4. Asakura T et al. Dosing accuracy of two insulin pre-filled pens. Curr Med Res Opin 2008; 24(5): 1429-1434. 5. Hänel H et al. Differences in the Dose Accuracy of Insulin Pens. J Diabetes Sci Technol 2008; 2(3): 478-481. 6. Estimated number of patients using FlexPen®, based on worldwide sales in number of packs sold, IMS world wide data Q4'07 and Daily Defined Dosage (DDD) for insulin as issued by WHO. 7. Reimer T et al. Instruction time, intuitiveness and Patient Acceptance of a Prefilled and a Reusable Insulin Delivery Device - The NovoMix® 30 FlexPen® and the HumaPen® Luxura. ADA Abstract Book 2007; 56(Suppl 1): A2101-PD. Abstract pending publication.

Ante cualquier duda o consulta comuníquese con nuestras oficinas al
0-800-345 NOVO (6686)



Novo Nordisk Pharma Argentina S.A.
Av. Del Libertador 14.099 (B1640AOL)
Martínez, Bs. As., Argentina.
Tel: + 54 11 6393 - NOVO (6686) / Fax: 6393-6699
www.novonordisk.com.ar



Concordia 2012

4^{to} Encuentro Regional de Jóvenes con Diabetes

Por Marcos Panozzo Menegay*



Amanece el día sábado y nos despertamos ansiosos de comenzar las actividades del encuentro. Más de 30 jóvenes con Diabetes provenientes de diversos puntos del país (Santa Fe, Buenos Aires, Entre Ríos, Córdoba) -y llegadas del otro lado del mundo- las chicas de Alemania, que le dieron a este encuentro regional el carácter de internacional, estábamos preparados para el fin de semana más esperado. Así comenzaba el 4º Encuentro Regional de Jóvenes con Diabetes – Concordia 2012.

La dinámica de presentación generó en los participantes el clima necesario para encarar las extensas, pero en extremo educativas, actividades de la primera jornada. A continuación, a través de una dinámica lúdica se repartieron las remeras a los participantes del evento. Luego de una pausa activa coordinada por la Prof. Josefina Sánchez, se escuchó atentamente la disertación del Dr. Álvarez y su equipo de oftalmólogos. Los jóvenes evacuaron sus dudas y aprendieron sobre el cuidado de los ojos y algunas de las consecuencias de no tener un buen control.

El taller de Sexualidad a cargo de la profesional Pamela Maldonado, cautivó a los presentes, sugiriendo un alto interés en las temáticas planteadas que se centraron en las ETS (Enfermedades de Transmisión Sexual) y su relación con la Diabetes.

Después llegó el primer almuerzo y con este dieron el presente las infaltables ensaladas multicolores. Por supuesto previo autocontrol de los participantes.

Luego de la actividad física con una clase aeróbica dirigida por la profe Josefina que dejó a todos cansados pero felices, llegó la merienda.

Mediando la tarde, el taller vivencial coordinado por el Lic. Franco Couselo despertó gran interés en los jóvenes, quienes pudieron expresarse; afloraron sus miedos y se animaron a contarlos, todo en un clima cálido y de contención que reconfortó a todos.

El primer día culminó con la Fiesta Blanca, animación en manos del “Dj Robertico” quien deleitó con una fiesta muy agradable, llena de alegría y mucha música. Las caracterizaciones de “Los de Blanco” se sucedieron y la noche se terminó mate mediante para algunos o un merecido descanso para otros.

Aún quedaba el Domingo, el cual comenzó a pura actividad física. Mientras los chicos y algunas de las chicas hacían un picadito a la vera del lago, los demás alentaban. También se armó una mini coreografía al aire libre.



Cercano al mediodía, cansados pero con gran expectativa participamos del taller de Cocina en vivo a cargo del Chef Diego Fernández, quien nos enseñó varias recetas acordes a nuestras necesidades. Al final del mismo en medio de un aplauso se degustaron los platos.

A cargo de la Doctora Carolina Gómez Martín, el taller de cierre. Siempre emotivo, resumió lo vivido en estos días, donde, cada quien, pudo expresar sus vivencias, agradecer y dejar caer algunas lagrimas por la emoción.

Sobre el final del encuentro, compartimos un almuerzo riquísimo, con el tradicional pollo a la parrilla. Además de lo vivenciado, todos se llevaron presentes, gracias a la inestimable colaboración de los Laboratorios. Y una vez más nos sentimos satisfechos por la tarea realizada. Educación, contención, diversión. Todo lo que creemos firmemente nos ayuda a sobrellevar a nuestra eterna compañera la Diabetes.



(*) Marcos Panozzo Menegay
Dirigente ACAD (Concordia)
CD FAD
marcos.panozzo.menegay@gmail.com



Alimentación Natural

Por Alicia Mabel Ciappini*

Salpicón de ave // Ensalada de atún

Ingredientes:

- ½ kilo de pollo deshuesado o 1 lata de atún al natural
- 1 cebolla
- 1 ají
- 1 tomate
- 100 gr. de aceitunas negras
- 2 huevos hervidos
- Sal y aceite en pequeña cantidad
- Un toque de vinagre o aceto balsámico

Preparación:

- 1.- Cortamos en fina juliana las verduras
- 2.- Mezclamos con el pollo o el atún
- 3.- Agregamos el huevo y las aceitunas
- 4.- Condimentamos a gusto



Conservas en vinagre

Verduras que se pueden conservar:

Coliflor/ Bróccoli / Zanahorias / Ají / Cebolla / Berenjena

- 1.- Hervir la verdura en abundante vinagre y agua (proporción 2 partes de vinagre por 1 de agua)
- 2.- Dejar enfriar en el recipiente que fue al fuego durante el hervor
- 3.- Cuando está bien frío traspasarlo a un frasco limpio
- 4.- Cubrir con vinagre hasta el borde del frasco y colocar hojas de laurel y alguna otra hierba que sea de su agrado, y ajo si prefiere
- 5.- Dejar macerar durante 1 semana antes de consumir

Se pueden preparar en cantidad abundante pues la conservación se realiza por el vinagre. Una vez abierto el frasco lo guardamos en la heladera hasta el final de consumo.

Consejos para armonizar nuestra vida bien alimentados

- La fruta se come antes de cada comida, solamente la manzana se puede ingerir después.
- Tratar de “NO” beber durante las comidas, “SI” antes o después.
- Condimentar lo necesario para no tapar los sabores naturales de las comidas.



(* Alicia Mabel Ciappini
Naturalmente Alimabel
amciappini@hotmail.com



Medtronic



Sistema Integrado Paradigma[®] Veo. Una nueva era en el tratamiento de la diabetes.



Primer sistema integrado de infusión de insulina con monitoreo continuo de glucosa.

Paradigma[®] Veo es el primer sistema equipado con un mecanismo de suspensión automática de infusión de insulina. En otras palabras, este dispositivo suspenderá de forma automática la administración de insulina cuando el nivel de glucosa baje del nivel preestablecido por tu médico. A diferencia de cualquier otro infusor, Veo te protegerá de forma activa aún cuando estés dormido lo cual representa un avance muy importante en la historia del tratamiento de la diabetes.



CORPOMEDICA
Al Servicio de la Profesión Médica

Representante exclusivo para
la República Argentina

Av. Córdoba 1255, Piso 5
Buenos Aires, Argentina
4814-1333 / Fax.: 4815-8655
info@corpomedicasa.com.ar
www.medtronicdiabeteslatino.com

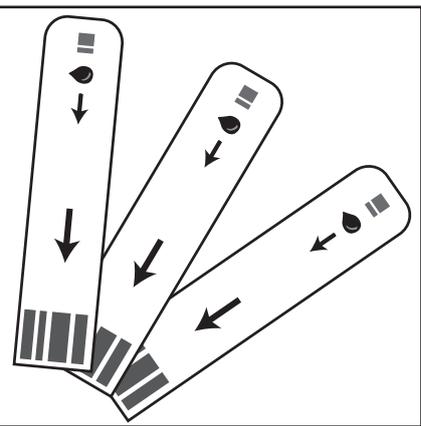
Situación de I.O.M.A. y O.S.E.C.A.C. en relación a la COBERTURA DE MEDICAMENTOS E INSUMOS

I.O.M.A.:

Por medio de la Resolución 5517/2012, publicada el 24 de Octubre de 2012, el Directorio de I.O.M.A., decide reducir la cantidad de tiras reactivas para auto-monitoreo de glucemia.

El comunicado oficial de la Obra Social, debido a los constantes reclamos por parte de sus afiliados, se ha publicado en la página de internet de dicho Instituto, y dice así: "...a fin de efectuar una racionalización en la cobertura de tiras reactivas para la determinación de glucemias, el Directorio del IOMA resolvió establecer como tope la cantidad de 800 unidades anuales. Para el caso de diabetes tipo 1 se autorizarán 2 envases de 50 unidades cada 45 días, en 4 provisiones para 6 meses de tratamiento; mientras que para la diabetes tipo 2 se entregarán 50 tiras reactivas cada 45 días, en 8 provisiones anuales. No obstante, aquellos pacientes que requieran una cantidad superior a la estipulada

por la resolución, tendrán la posibilidad de aumentar su provisión de tiras reactivas, de acuerdo a lo indicado por su médico y según lo autorizado mediante una auditoría médica centralizada, sin necesidad de realizar un trámite de excepción. Asimismo se aclara que esta modificación se realizó teniendo en cuenta lo establecido en el Plan Médico Obligatorio Nacional."



No debemos perder de vista que, si bien la Resolución 301/99 del Ministerio de Salud de la Nación (PROGRAMA MÉDICO OBLIGATORIO), ha establecido que los distintos agentes de salud deben cubrir 400 tiras reactivas para control de glucemia al 70% por año, esta cantidad se fijó como "piso mínimo prestacional", es decir que al pedido del paciente, justificado por la prescripción médica, debe ampliarse ese "cupó" legalmente establecido, pues caso contrario esto llevaría a innumerables reclamos judiciales por parte de los pacientes.

Desde la FEDERACIÓN ARGENTINA DE DIABETES (F.A.D.) hemos tomado contacto con el I.O.M.A., manifestando nuestra preocupación ante esta nueva medida y se nos ha explicado que para aquellos pacientes que requieran una mayor cantidad de tiras reactivas, la misma le será otorgada, realizando las presentaciones administrativas correspondientes.

Independientemente de ello, esta FEDERACIÓN

está efectuando presentaciones por escrito ante el Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires y el mismo I.O.M.A., para revertir esta medida, atento que los pacientes cuentan con un derecho previamente adquirido y a fin de evitar la judicialización de causas. Los mantendremos informados mediante nuestra página web y futuras publicaciones de la revista "NUESTRA VOZ".

O.S.E.C.A.C.:

También, en la actualidad, nos preocupa otro tema que afecta a varios pacientes con diabetes afiliados a O.S.E.C.A.C., especialmente en el interior del país. Ello, tiene que ver con la distribución de medicación (especialmente insulina) e insumos.

Hemos recibido reclamos de los pacientes por las excesivas demoras en la entrega de medicación y burocratización de la misma. Así también, nos han hecho saber que ello se debe a la espera de la aprobación por la auditoría médica de la filial central ubicada en la Ciudad de Buenos Aires.

Por ello, y ante las demoras sufridas por los pacientes, recomendamos iniciar el trámite con suficiente antelación y hacer un seguimiento constante del mismo. Así también, ante cualquier tipo de dilación por parte de la Obra Social, es aconsejable remitir una nota o carta documento a la Delegación Central de la Capital Federal, con copia a la delegación de la Provincia donde reside el afiliado.

No olviden, que el COMITÉ DE ASUNTOS LEGALES DE LA F.A.D., está para ASESORARLOS GRATUITAMENTE en cuanto a los derechos de los pacientes y acompañarlos en lo reclamos que fueren necesarios. Pueden contactarnos al mail: legales.fad@gmail.com

Desde la F.A.D., seguimos trabajando incansablemente para modificar el PROGRAMA MÉDICO OBLIGATORIO en cuanto a cobertura de medicamentos e insumos en beneficio de los pacientes y, evitar así, este tipo de situaciones que se presentan con más frecuencia de la deseable.

Dr. Christian Hernán Gali - Director del Comité de Asuntos Legales de la F.A.D.

Dra. Romina Gali - Miembro del Comité de Asuntos Legales de la F.A.D.

© Grafphotogpahr - www.stockfreeimages.com



BD Micro-Fine™ + 4 mm

AGUJAS PARA LAPICERAS DE INSULINA

La elección más simple,
segura y efectiva.

NUEVA

4 BUENAS RAZONES PARA CAMBIAR



Ayudando a las
personas a vivir
saludablemente

1 EFICACIA COMPROBADA

La nueva **BD Micro-Fine 4 mm** es tan efectiva en la administración de la insulina como las agujas de 5 y 8 mm.¹

2 SEGURIDAD EN LA APLICACIÓN

La nueva **BD Micro-Fine 4 mm** lleva la insulina al tejido correcto (tejido subcutáneo), logrando un mayor control glucémico.^{2,3}

3 PREFERENCIA DE LOS PACIENTES

65% de los pacientes eligieron **BD Micro-Fine 4 mm** porque son menos dolorosas.¹

4 SIMPLE ELECCIÓN

La nueva **BD Micro-Fine 4 mm** es recomendada para todos los pacientes (niños, adultos, delgados o con sobrepeso) y todas las zonas de inyección.^{1,2}

Referencias: 1) Hirsh LJ, et al. Comparative glycemic control, safety and patient ratings for a new 4 mm x 32 G insulin pen in adults with diabetes. *Curr Med Res Opin* 2010;26:1531-1541. 2) Gibney MA, et al. Skin and subcutaneous adipose layer thickness in adults with diabetes at sites used for insulin injections: implications for needle length recommendations. *Curr Med Res Opin* 2010;26(15):1530-1530. 3) Nishi H, Dittaback, et al. A 4 mm needle reduces the risk of intravascular injections without increasing backflow to skin surface in insulin-dependent children and adults.

* Estas recomendaciones se aplican a la mayoría de los pacientes. En algunos casos excepcionales puede ser necesario una técnica diferente.



- Compatibles con todas las lapiceras de insulina
- Técnica más simple. Ángulo a 90° y sin pellizco*

MAPA de las ASOCIACIONES



REFERENCIAS

- 1 ARODIA, General Roca
- 2 MISKY, Villa Regina
- 3 AVIADI, Viedma
- 4 AMADIA, Puerto Madryn
- 5 ASPEDI, Río Gallegos
- 6 CIDIN, Neuquén
- 7 CIVES, Bahía Blanca
- 8 ADILU, Luján
- 9 ADN, 9 de Julio
- 10 ASADIA, Banfield
- 11 DIABÉTICOS ORG, CABA
- 12 DIEVI, CABA
- 13 LIPADI, Santa Rosa
- 14 AMADI, Mendoza
- 15 ANADIM, Mendoza
- 16 ADE, Esperanza
- 17 ADDC, Rafaela
- 18 ASDI, Santa Fe
- 19 ASADI, Sunchales
- 20 FUNGAD, Carlos Paz
- 21 CRADI, Río Cuarto
- 22 ACAD, Concordia
- 23 ACAD, Clorinda
- 24 ADIFOR, Formosa
- 25 GADIF, Formosa
- 26 ADDA, Andalgalá
- 27 ADICHA, Resistencia
- 28 ADIGO, Goya
- 29 AGADI, Galvez
- 30 CADISS, San Salvador
- 31 AMADU, Monte Grande
- 32 ASODIAB, CABA
- 33 AD, Chivilcoy
- 34 AFADU, San Luis
- 35 ADA, Azul

QUIÉNES SOMOS

NUESTRA VOZ es una publicación de la Federación Argentina de Diabetes (FAD), sin fines de lucro y de distribución gratuita para socios y adherentes a la FAD. Los editores no se responsabilizan por el contenido de las notas firmadas ni por las opiniones vertidas en las entrevistas. El contenido de las publicidades es exclusiva responsabilidad de los anunciantes. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización de la fuente.

Director:
Norberto R. Flageat

Jefe de Redacción:
Gerardo Rodríguez
prensa.fad@gmail.com

Colaboración:
Marcos Panozzo Menegay

Diseño Gráfico:



info@marianacaielli.com.ar | marianacaielli.com.ar

COMENTARIOS:
prensa.fad@gmail.com

KwikPen™



Lapiceras Descartables KwikPen



- Fácil de usar y enseñar ¹
- Suave al presionar ¹
- Liviano ²

KwikPen™ vs. FlexPen® Nueva Generación (NG)



- Menor fuerza al presionar vs. FlexPen® (NG) independientemente de la dosis. ²



- Más cómodo para presionar vs. FlexPen® ² (NG).

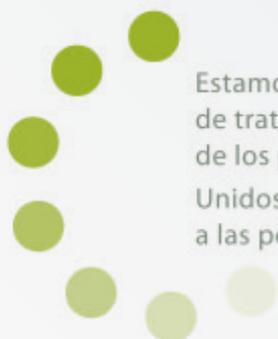
Referencias: 1. Datos de archivo, Eli Lilly and Company. 2. Ignaut O, Opincar M, Lencx S. Engineering Study Comparing Injection Force and Dose Accuracy between Two Prefilled Insulin Injection Pens. Current Medical Research and Opinion, 25 (12): 2829-2833, Dic 2009.

Información aprobada para prescribir distribuida a través de nuestros Representantes de Venta.

SUPERANDO FRONTERAS EN EL TRATAMIENTO DE LA DIABETES



ARGLA111104



Estamos comprometidos en el desarrollo de soluciones integrales de tratamiento, tecnología y servicios adaptados a las necesidades de los pacientes con diabetes.

Unidos abriremos el camino para lograr este objetivo, permitiendo a las personas con diabetes aprovechar la vida diaria al máximo.

SANOFI DIABETES  Juntos superando fronteras

Mayor información disponible a petición: sanofi-aventis Argentina S.A.
Av. Int. Tomkinson 2054 (B1642EMU), San Isidro, Pcia. De Bs. As., Argentina,
Tel: (011) 4732-5000. www.sanofi-aventis.com.ar