

Programa de Atención de la Diabetes de MVP

Este programa, diseñado para afiliados que viven con diabetes, proporciona ayuda adicional para controlar mejor la salud. Al trabajar con su Promotora de Salud de MVP —y seguir las recomendaciones de su médico—, tendrá las herramientas, la información y los recursos para comprender mejor la diabetes y hacer los cambios de estilo de vida para mantener su salud bajo control y encaminada para mejorar.

¿Qué ofrece el programa?

Obtenga asistencia telefónica privada de una Promotora de Salud para desarrollar un plan personalizado para mantener su diabetes bajo control. Su plan puede incluir lo siguiente:

- Desarrollar una rutina para controlar sus niveles de glucosa en sangre.
- Comprender su plan de alimentación, de qué manera los alimentos afectan sus niveles de glucosa en sangre y cómo los alimentos y medicamentos funcionan juntos para el control de la glucosa.
- Reconocer complicaciones que pueden ser causadas por la diabetes no controlada.
- Manejo de los días de enfermedad.
- Aprender cómo el ejercicio puede ayudarle a controlar su peso y los niveles de glucosa en sangre.
- Dejar de consumir productos de tabaco o vapeo de nicotina.
- Reducir el estrés.
- Monitorear signos de depresión y recibir tratamiento según sea necesario.
- Una lista de verificación personalizada de pruebas y exámenes recomendados para ayudar a controlar su diabetes.
- Materiales educativos sobre sus necesidades específicas.



MVP cuenta con recursos para afiliados que viven con un problema de salud del comportamiento o físico.
Para obtener más información, visite mvphealthcare.com/HealthandWellness.

Resultados de Sus Pruebas

Se recomienda que complete las siguientes pruebas y exámenes al menos una vez al año para evitar complicaciones de la diabetes. Hable con su médico acerca de los resultados y lo que significan para usted.

Examen de Retina

Realícese un examen de retina con un oftalmólogo todos los años porque, con el tiempo, la diabetes puede afectar su vista. Hágase este examen incluso si su médico le ha examinado los ojos y su vista parece estar bien.

FECHA DEL EXAMEN RESULTADO

Hemoglobina A1c (HbA1c)

Debe realizarse esta prueba cada 6 a 12 meses para controlar su nivel promedio de azúcar en la sangre en los últimos 2 a 3 meses. Los resultados de menos del 8 % pueden reducir su riesgo de sufrir complicaciones, tales como daño renal, ceguera y daño a los nervios y problemas de circulación.

FECHA DE LA PRUEBA RESULTADO

Proteínas de la Orina

Esta prueba busca signos tempranos de problemas renales que pueden tratarse para ayudar a prevenir problemas futuros.

FECHA DE LA PRUEBA RESULTADO

Nivel de LDL

A veces llamado colesterol “malo”, esta prueba evalúa el nivel de colesterol LDL que contribuye a la formación de placa en las arterias, lo que puede provocar un ataque cardíaco.

FECHA DE LA PRUEBA RESULTADO

Examen Completo de los Pies

Las personas con diabetes son propensas a mala circulación, daño a los nervios, úlceras en los pies e infecciones, lo que puede ocasionar problemas graves en los pies.

FECHA DEL EXAMEN RESULTADO

Establezca y Cumpla los Objetivos del Programa

Sus objetivos pueden incluir algunas o todas estas metas para el manejo de la diabetes:

- Completar pruebas y exámenes de diabetes importantes al menos una vez al año. Consulte en el reverso para obtener más detalles.
- Realizarse una prueba de azúcar en la sangre regularmente según lo recomendado por su médico y llevar un registro de los resultados de su prueba.
- Visitar a su odontólogo al menos una vez al año.
- Recibir una vacuna contra la gripe anualmente.
- Consultar a un educador/nutricionista en diabetes para planificar sus comidas y conocer pautas que le ayuden a controlar su diabetes.

**¿Tiene preguntas?
Estamos listos para ayudarle.**

Llame a Manejo de Casos de MVP al **1-866-942-7966**, de lunes a viernes de 8:30 am a 5:00 pm.