

CÓMO PARTICIPAR



**International
Diabetes
Federation**



día mundial de la diabetes
14 noviembre

¡AYUDE A CREAR CONCIENCIA SOBRE LA DIABETES EN NOVIEMBRE!

El Día Mundial de la Diabetes es la ocasión a nivel mundial en la que las personas con diabetes, los profesionales sanitarios, los defensores públicos de la diabetes, los medios, el público general y las organizaciones gubernamentales se unen para crear conciencia sobre la diabetes. Su participación – tanto en la etapa previa como después del 14 de noviembre – es clave para el éxito de la campaña y participar puede ser emocionante y gratificante.

Si en su región o comunidad tiene normas de distanciamiento social debido al COVID-19, -puede organizar actividades en línea. Aquí tiene algunas ideas sobre cómo puede participar:

- Organizar una **sesión informativa sobre la diabetes** para residentes en su comunidad
- **Organizar sesiones del tipo ‘Aprende sobre la diabetes’** en las escuelas o en plataformas educativas en línea
- Facilitar que las personas conozcan su riesgo de diabetes tipo 2 con **nuestro test en línea**

- Organizar una **actividad temática con su equipo** de atención sanitaria
- Organizar una actividad con sus **compañeros de trabajo**
- Organizar, financiar o participar en una **feria de diabetes local**
- Tenga en cuenta las restricciones físicas por COVID-19 y **organice eventos a distancia**

PRECAUCIONES CONTRA COVID-19

- **Lavarse las manos** por completo y regularmente
- **Desinfecte aquellos objetos** y superficies que se toquen regularmente
- **No comparta** comida, vasos, toallas, etc.
- **Cúbrase la boca y la nariz** con un pañuelo o el pliegue del brazo si tose o estornuda
- **Evite el contacto** con personas que muestren síntomas de enfermedades respiratorias
- Si está enfermo y muestra síntomas del tipo gripe, **quédese en casa**



CONSEJO: Invite a celebridades locales o miembros de los medios de comunicación a su evento y transmitalo en línea, cuando sea posible, para generar entusiasmo y alcanzar una mayor audiencia



LAVAR MANOS



DESINFECTAR OBJETOS Y SUPERFICIES



CUBRIR BOCA Y NARIZ

SU PAPEL: Cuando organice sus actividades, incluso remotamente, mantenga a la comunidad mundial actualizada compartiendo la información a través de nuestro mapa de eventos en línea >



5 PASOS PARA ORGANIZAR UNA ACTIVIDAD

- 1 PLANIFICAR**

Comience a planificar lo que quiere hacer lo antes posible – recuerde el énfasis debe ser sobre algo relacionado con nuestro público objetivo (enfermeras)


- 2 REUNIR**

Establezca un grupo de trabajo


- 3 LOCALIZAR ESPACIO**

Encuentre un espacio, si su actividad o evento puede organizarse de forma segura y en su región no hay normas de distanciamiento. Es importante la seguridad de todo el mundo, intente organizar una actividad en línea si fuera posible


- 4 PROMOCIONAR**

¡Corra la voz! por ejemplo utilizando #DíaMundialDeLaDiabetes y #LasEnfermerasMarcanLaDiferencia


- 5 COMPARTIR**

Comparta su éxito lo más ampliamente posible



Involucre a su comunidad local encontrando socios locales que apoyen y colaboren en la organización de su actividad.



#NOMINEUNAENFERMERA

Las enfermeras son el foco de la campaña del DMD 2020 y merecen el **reconocimiento** por su incansable esfuerzo apoyando a las personas que viven con diabetes y otras condiciones crónicas. Anime a las personas con diabetes a nombrar a una enfermera que les haya ayudado o inspirado y comparta su historia en los medios sociales.

PONGA UN CÍRCULO AZUL EN SU VENTANA

Ponga en su casa o lugar de trabajo un **círculo azul** como muestra de apoyo a las personas con diabetes.

EJERCICIO EN AZUL

La realización de ejercicio de forma regular es una parte importante en el control de la diabetes, y a la hora de reducir el riesgo de diabetes tipo 2. Tanto en el interior como en el exterior, **cada paso cuenta para mantenerse sano.**

Si las normas de distanciamiento físico por COVID-19 en su comunidad lo permiten:

- Únase a la **Caminata Mundial por la Diabetes**, una iniciativa creada por la Fundación Mundial de Diabetes en apoyo al Día Mundial de la Diabetes. Tome las calles para crear conciencia sobre el impacto de la diabetes y la importancia de la actividad física.

Si las actividades de exterior están restringidas en su comunidad:

- Camine o realice ejercicio en su casa o lugar de trabajo y anime a sus amigos, familia y colegas a hacer lo mismo. ¿Necesita motivación? Busque un video para caminar o de ejercicios que se adecue a su nivel físico y ¡mueva su cuerpo!

De cualquiera de las maneras que haya elegido hacer ejercicio, asegúrese de tomar las recomendaciones necesarias y vístase de azul para mostrar su apoyo al Día Mundial de la Diabetes y la campaña 'El personal sanitario marca la diferencia.'



HAGA BRILLAR UNA LUZ POR LA DIABETES, NO IMPORTA GRANDE O PEQUEÑA

Desde la introducción del círculo azul en 2006, **monumentos, edificios y casas** en todo el mundo se han iluminado en azul para crear conciencia sobre la diabetes en el Día Mundial de la Diabetes. Mantengamos la tradición organizando una iluminación en azul este noviembre.

- Desde un lugar emblemático local o mundial hasta la oficina, la casa, el jardín o el dormitorio, **¡todo cuenta!**
- Visite nuestro álbum en [Flickr](#) para inspirarse >



CONSEJO: Comparta sus fotos en los medios sociales y con nosotros. Utilice el hashtag **#DíaMundialDeLaDiabetes**, para que podamos mostrar las distintas formas en las que la gente crea conciencia sobre la diabetes



APOYO EN LÍNEA AL DMD

- Comparta los [mensajes principales del DMD](#) >
- Promocione la página [web del DMD](#) >
- Promocione la campaña en redes sociales. ¡Me gusta, compartir y retuitear!
- Promocione la campaña en su página web
- Comparta los [recursos del DMD](#) en su página web o a través de las redes sociales >
- Hágase una [selfi del círculo azul](#) y compártala en las redes sociales >
- [Envíe sus fotos](#) sobre las actividades del DMD y del círculo azul >



CONSEJO: Recuerde utilizar **#DíaMundialDeLaDiabetes** en todos sus mensajes en medios sociales



PROMOCIONE EL CÍRCULO AZUL COMO SÍMBOLO MUNDIAL DE LA DIABETES

Puede promocionar el símbolo de la diabetes y crear conciencia sobre la diabetes de muchas formas:

- **Vista de azul** por la diabetes
- Luzca el **pin o la pulsera del círculo azul** – disponible para comprar aquí
- Anime a un **miembro del parlamento, famoso o personaje de perfil alto en su comunidad** a que luzca el pin del círculo azul. No se olvide de hacer una foto, contemplando cualquier norma de distanciamiento social
- Promocione la **app del círculo azul** – disponible para descargar aquí
- Incluya el **círculo azul** en todas sus correspondencias y materiales promocionales
- Incluya el **círculo azul en su foto de perfil de Facebook**
- Encuentre una gran foto de perfil para Facebook y **utilice nuestro marco del círculo azul**



PARTICIPE EN NUESTRA CAMPAÑA EN LAS REDES SOCIALES

Las etiquetas oficiales de la campaña son **#DíaMundialDeLaDiabetes** y **#LasEnfermerasMarcanLaDiferencia**

Muestre su creatividad utilizando estas etiquetas. Puede hacerse una foto con amigos y utilizar las etiquetas de forma divertida. Una manera divertida de hacer esto sería utilizando unas cartulinas como señales.

Participe en las actividades del Día Mundial de la Diabetes 2020 en las redes sociales de la Federación Internacional de Diabetes dando un me gusta, compartiendo o retuiteando lo que hacemos.

CANALES DE LA FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE DIABETES

- [Facebook.com/intdiabetesfed](https://www.facebook.com/intdiabetesfed) >
- [@IntDiabetesFed](https://twitter.com/IntDiabetesFed) (Twitter) >
- [@intdiabetesfed](https://www.instagram.com/intdiabetesfed) (Instagram) >
- [International Diabetes Federation \(LinkedIn\)](https://www.linkedin.com/company/international-diabetes-federation) >

Estos canales compartirán contenido para los miembros de la FID, los defensores públicos, profesionales sanitarios, responsables políticos y socios oficiales de la campaña durante el mes de noviembre y en el Día Mundial de la Diabetes. Las llamadas a la acción para cada canal son:

- Alentar a que los gobiernos tomen medidas para que el personal de enfermería tenga acceso a una formación que les permita apoyar a las personas con diabetes y sus familias
- Promocionar el test en línea de la FID para personal de enfermería
- Incrementar la divulgación del Día Mundial de la Diabetes
- Animar a que más gente comparta sus actividades de concienciación sobre la diabetes en nuestro mapa de eventos interactivo– www.idf.org/wdd-events >

CANALES EN REDES SOCIALES DEL DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

- [Facebook.com/worlddiabetesday](https://www.facebook.com/worlddiabetesday) >
- [@WDD](https://twitter.com/WDD) (Twitter) >

Estos canales compartirán principalmente contenido para las personas con diabetes y el público en general.

Las llamadas a la acción específicas para estos canales son:

- Animar a que las personas con diabetes divulguen el importante papel del personal de enfermería en el diagnóstico, control y prevención de la diabetes
- Dirigir a los interesados a la página web del DMD para aprender más sobre la diabetes
- Animar a que las personas, como aquellos que viven con diabetes y las enfermeras se fotografíen con la app del círculo azul

EJEMPLOS DE MENSAJES:

- 14 de noviembre Día Mundial de la Diabetes. Tu oportunidad de homenajear a enfermeras y otros sanitarios que te apoyan con tu diabetes **#DíaMundialDeLaDiabetes** **#LasEnfermerasMarcanLaDiferencia**
- Este **#DíaMundialDeLaDiabetes**, nomina a una enfermera que haya sido crucial en el control de tu condición o de un ser querido **#LasEnfermerasMarcanLaDiferencia**

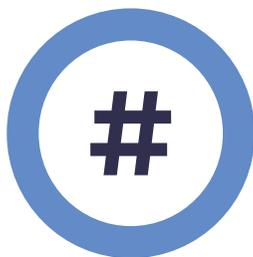


ORGANICE SU PROPIA CAMPAÑA EN REDES SOCIALES

- 1** Le recomendamos **crear un calendario** de mensajes para saber con antelación qué y cuándo debe publicar
- 2** **Asegúrese que el tema es el correcto**, incluya 'Personal de enfermería: marcando la diferencia en el cuidado de la diabetes'
- 3** **Utilice y comparta contenido que ayude a su audiencia a descubrir** los mensajes principales del **DMD** >
- 4** **Asegúrese que el tono es el adecuado para su audiencia** – recuerde que el público general necesita ser informado, mientras que las personas que ya saben sobre diabetes buscan contenido nuevo
- 5** **Debe tener una clara llamada a la acción.** Asegúrese que su audiencia tiene dónde ir o algo que hacer. Por ejemplo, anime a que se hagan una selfi con la app del círculo azul, o a aprender más a través de las plataformas en línea de la FID



- 6** **Que sea visual** – comparta una imagen o video, y anime a su audiencia a hacer lo mismo
- 7** **Utilice #DíaMundialDeLaDiabetes** – no se olvide, así creamos tráfico
- 8** **Converse** – los medios sociales deben ser una conversación. Pregunte a sus seguidores y comience una conversación
- 9** **Involucre a famosos** – encuentre un famoso con interés en la diabetes y hágale parte de la conversación utilizando la función '@'
- 10** **Comparta los recursos de la campaña** – pósteres, infográficos y otros elementos visuales para promover el mensaje 'Personal de enfermería: marcando la diferencia en el cuidado de la diabetes'



COLABORE CON LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN PARA PROMOCIONAR EL DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

La FID enviará comunicados a los medios internacionales para generar cobertura sobre el Día Mundial de la Diabetes.

Para más información sobre las actividades con los medios de la FID contacte con wdd@berkeleypr.com >



CONSEJOS PARA TRABAJAR CON LA PRENSA:

Asegúrese que identifica al periodista más adecuado para colaborar

1. Escriba una presentación atractiva
2. Asegúrese que sus datos son correctos
3. Asegúrese que el momento es el adecuado
4. Esté preparado para responder preguntas
5. Ponga un embargo si fuera necesario
6. Ofrezca elementos visuales
7. Asegúrese que los portavoces están disponibles
8. Haga que el mensaje 'Personal de enfermería: marcando la diferencia en el cuidado de la diabetes' brille
9. Persiga para conseguir la cobertura

Si graba entrevistas con los medios, no se olvide de compartirlas con nosotros a través de las redes sociales o en wdd@idf.org.

AYUDE A DAR FORMA A LA AGENDA MUNDIAL DE LA SALUD

POR QUÉ EL PERSONAL DE ENFERMERÍA MARCA LA DIFERENCIA EN LA DIABETES

Tal y como el número de personas con diabetes continúa aumentando en el mundo, **el papel de las enfermeras y otros profesionales sanitarios de apoyo se hace cada vez más importante en el control del impacto de la condición.**

Las enfermeras juegan un papel clave en la identificación y el diagnóstico temprano de la diabetes, proporcionando formación para el autocontrol y apoyo psicológico para ayudar a prevenir complicaciones, y hacer frente a los factores de riesgo de la diabetes tipo 2 y ayudar a prevenir la condición.

Sigue existiendo una necesidad significativa de más educación y financiación para equipar al personal de enfermería en todo el mundo con las habilidades que les permitan apoyar a las personas con diabetes y aquellos en riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

El personal de enfermería juega un papel clave en la identificación y el diagnóstico temprano de la diabetes, proporcionando formación para el autocontrol y ayuda psicológica para ayudar a prevenir las complicaciones, y hacer frente a los factores de riesgo de la diabetes tipo 2 para ayudar a prevenir la condición.

En nombre de las personas que viven y están afectadas por la diabetes, la FID solicita que los gobiernos nacionales reconozcan y promuevan el papel del personal de enfermería en la atención de la diabetes

ASEGURAR LA CALIDAD DE LA EDUCACIÓN EN ENFERMERÍA

- Incluir suficiente formación en **diagnóstico y atención de la diabetes** en los currículos de estudios de enfermería
- Invertir en la especialidad de **enfermería en diabetes** (formación y reconocimiento)
- Proporcionar oportunidades para continuar con la **educación en diabetes** durante la etapa profesional de enfermería
- Invertir en el **desarrollo profesional del personal de enfermería para la diabetes** para hacer frente a las complicaciones y reducir así el coste mundial sanitario de la diabetes



1 Llegar a los responsables políticos



2 Promocionar la llamada a la acción de la FID en los medios locales



3 Promocionar la llamada a la acción de la FID en las redes sociales



4 Apoyar al personal de enfermería en su comunidad destacando su trabajo en las redes sociales

INVERTIR EN EL RECLUTAMIENTO Y RETENCIÓN DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA

- **Reclutar un número suficiente** de personal de enfermería para garantizar la atención adecuada de la diabetes
- Reforzar los sistemas de salud a través de una **fuerza de trabajo sostenible de enfermería para la diabetes** equipada para hacer frente a las necesidades de la población con diabetes y las cada vez más demandas en la atención de la diabetes

MAXIMIZAR LA CONTRIBUCIÓN DEL PERSONAL SANITARIO EN LA PRESTACIÓN DE ATENCIÓN PREVENTIVA Y PRIMARIA

- Asegurar que el personal de enfermería recibe formación de alta calidad para asegurarse que los **programas de prevención de la diabetes** estén activados y optimizados
- **Formar al personal de enfermería para que puedan identificar a las personas en riesgo** de desarrollar diabetes tipo 2 y proporcionar asesoramiento
- Priorizar la contribución del personal de enfermería para la diabetes en los sistemas **comunitarios de atención sanitaria primaria y comunitaria**