

VAMOS AL TROTE CON NUESTRO BIENESTAR

PILARES DE AUTOCUIDADO EN DIABETES MELLITUS TIPO 1

3 de mayo de 2025

8:00 a.m. a 2:00 p.m.

Evento presencial – Torreón Docente en las instalaciones de La Cardio



- 188 asistentes
- 54 familias
- Niños, adolescentes y cuidadores con diagnóstico de DM1
- Profesionales en salud, psicología, nutrición y derecho



Objetivos del evento

- Identificar los retos de pacientes y familias que viven con DM1, a través de la aplicación de encuesta validada por comité de ética
- Fortalecer la comunidad de apoyo
- Brindar herramientas educativas, emocionales y legales
- Empoderar a las familias para mejorar su calidad de vida



Estructura del evento

Sesiones paralelas para menores al aire libre y conferencias para cuidadores en Torreón

Sesión para menores al aire libre:

Apertura lúdica y emocional:

- Mindfulness y respiración
- Juego de emociones con personajes MATEAC
- Botón de calma personalizado

Estaciones interactivas:

- Salud mental: Kit de autorregulación emocional
- Educación en DM1: Juego “Viaje de la Glucosa”
- Nutrición: Taller “GluchoChef”
- Redes de apoyo: Dinámica “Somos Uno”
- Derechos del paciente: Misión “Defensor D1”

Cierre emocional:

- “Vamos al trote con nuestro bienestar”

Reflexiones de niños y jóvenes



Sesión científica en Torreón

Moderadores :

Dr. Jaime Cespedes - Director de Pediatría, La Cardio
Dra. Paola Duran - Endocrinóloga Pediatra

Diabetes y Ejercicio

Conferencia de la Dra. Johana Botero

- Recomendaciones de actividad física segura
- Estrategias de control glucémico durante el ejercicio

Actualización Global en el Manejo de DM1

Conferencia de la Dra. Adriana Carrillo

- Avances en tecnologías: sensores y bombas
- Nuevas guías internacionales de manejo

El Rol de la Familia Informada en el Éxito del Tratamiento

Conferencia de la Dra. María Lucía Mesa

- Papel activo de los cuidadores en el manejo diario
- Educación como herramienta de empoderamiento

Barreras de Acceso al Tratamiento en DM1

Conferencia de Jorge García

- Retos en acceso a tratamientos e insumos
- Propuestas comunitarias para superarlos

Testimonio de Vida con DM1

Daniel

- Experiencia real y cotidiana con diabetes
- Aprendizajes que inspiran a la comunidad



PARTICIPACIÓN DESTACADA:

Dra. Adriana Carrillo
Vicepresidenta de Breakthrough T1D- capítulo La Florida - organización global líder en investigación y abogacía para DM1

La insulina no es un privilegio, es un derecho

Somos una red que apoya, no estás solo

Conectamos corazones, compartimos experiencias

Yo también soy Defensor D1



laCardio

