

Azúcar, Corazón y VidaSM



ACERCA DEL PROGRAMA

Azúcar, Corazón y Vida: Una Guía para Vivir con DiabetesSM es un programa interactivo y divertido con información acerca de como las personas con Diabetes Tipo 2 pueden manejar su diabetes. Este programa incluye juegos y consejos prácticos sobre:

- ☼ Dieta
- ☼ Ejercicio
- ☼ Medicamento

Se sigue la vida de la familia Gonzales durante un año, mientras ellos aprenden más acerca de como manejar su diabetes, y se ayuda a la familia a tomar decisiones que les mantendrán saludables.



Conozca a la familia González

Victoria González es una madre de familia, trabajadora y dedicada a su esposo Luis. Luis y su madre ambos tienen diabetes, sin embargo se aferran a tradiciones y hábitos que a veces contradicen sus esfuerzos por mantener su salud. Tienen una hija, Lucía de unos veinte años y un hijo, Lucho, que apenas empieza la secundaria.

“Azúcar, Corazón y Vida” empieza el día en que Victoria es diagnosticada con diabetes, y sigue a la familia por un año abordando temas como la manera de comer en casa, iniciar su actividad física, manejar los medicamentos, comer afuera y como permanecer activos por un largo período de tiempo. Los usuarios pueden escoger ver cinco episodios interactivos desde el punto de vista de Victoria o de Luis. En cada escena individual los usuarios adquieren información nueva de cómo manejar la diabetes y se enfrentan a un dilema: ¿cambiarán sus hábitos para manejar mejor su diabetes, o no? Pueden explorar dos resultados posibles por cada dilema, que representan la influencia que pueden tener las decisiones de Luis y Victoria en su salud y la de su familia.



Después de la escena inicial en la clínica, hay cinco episodios interactivos:

1. Amigos Nuevos, Recetas Nuevas
2. En el Parque con los Ortiz
3. El Manejo de los Medicamentos
4. Una Cena en la Hacienda
5. Un Día de Campo en el Bazar

La sección para Profesionales

La sección para Profesionales de la Salud tiene características especiales que permiten una navegación fácil de la historia de acuerdo a los temas de cada episodio, y también permite cinco variaciones en el orden de presentación.

“Cinco años después...”

Una vez que se han tomado decisiones para Luis o Victoria en los cinco episodios, la escena final mostrará cómo le podría ir a la familia en cinco años, de acuerdo a esas decisiones. Hay tres posibilidades dependiendo de si el usuario hace más decisiones saludables, algunas decisiones saludables o pocas decisiones saludables.

El programa permite entonces que los usuarios repasen sus elecciones y hagan cambios que puedan afectar el resultado.

EL INFO-MERCADO



El Info-Mercado

En la comunidad virtual de Azúcar, Corazón y Vida, el Info-Mercado apoya el aprendizaje con juegos, material impreso y actividades informativas sobre las cuestiones críticas relacionadas a la buena administración de la diabetes.

Los usuarios pueden acceder al Info-Mercado mientras miran la historia usando el ícono “i” en la esquina de abajo a la mano izquierda, y pueden regresar a su lugar en la novela haciendo clic en el retrato de la familia. Aquí hay una breve descripción de lo que encontrará en el Info-Mercado:



La Caja de Herramientas para la Diabetes Nuestra caja de herramientas está llena de consejos y normas que, si se siguen, le pueden ayudar a administrar mejor su Diabetes y mantener bajo control el nivel de glucosa en la sangre.



La Caja de Recetas de Claudia Descubra 21 recetas apropiadas para la Diabetes desde platos principales a postres – hasta recetas para la parrilla. Además, los consejos para cocinar de Claudia pueden hacer cualquier receta apropiada para diabéticos al reducir la grasa y el azúcar sin perder el buen sabor.



¡Ahora a Lograr su Meta! En esta actividad colorida, puede usar la flecha en la computadora para escoger varias actividades y hacer un plan de actividad física que puede seguir. Siempre hable con su doctor antes de empezar un nuevo programa de actividad física.



Compare sus Compras: El Juego del Supermercado

El Mercado de Trini solo existe en el Internet, pero le puede enseñar como escoger comidas saludables en un mercado real. El cajero compara sus compras y le deja saber si escogió las opciones más saludables. También le da sugerencias para mejorar sus compras.



Cómo Crear un Plato Aprenda cómo usar su plato para servirse las porciones apropiadas. Las animaciones le permiten poner comidas en su plato y quitarlas, hasta crear tres platos con las porciones apropiadas.



¿Qué Contiene? En este juego animado, el animador le muestra lo que debe buscar en las etiquetas de los alimentos. Después, puede probar su memoria al contestar ó preguntas acerca de las etiquetas de algunos alimentos populares. Recuerde, antes de comprar un paquete de comida para su familia, usted debe saber ¿Qué Contiene?



¿Qué es la Diabetes? Un video animado fácil le explica en términos sencillos lo que ocurre en su cuerpo cuando usted tiene Diabetes. Después del video, puede aprender más acerca de los órganos que influyen en la Diabetes, como el páncreas y el estómago.

CREDITOS

EQUIPO DE INVESTIGACIÓN

Baylor College of Medicine
Departamento de Medicina Familiar y Comunitaria

Maria Jibaja-Weiss, EdD..... Directora de Proyecto

Luis Rustveld, PhD, RD, LD Co-Director de Proyecto

Valory Pavlik, PhDAsesora de Proyecto

Glori Chauca, MD, MEd Coordinadora de Proyecto

Evaluación del Programa

| | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| Luis Rustveld, PhD, RD, LD | Analista del Programa |
| Glori Chauca, MD, MEd | Gerente del Programa |
| Carol Mansyur, PhD | Gerente de la Base de Datos |
| Leslie Cruz, BA..... | Asistente de Investigación |
| Lizette Rangel, BA | Asistente de Investigación |
| Abdul Syed, MD | Asistente de Investigación |

CONTRIBUIDORES

Kimberly Kline, PhD
The University of Texas at San Antonio

Todd Johnson, PhD and Wendell Taylor, PhD
The University of Texas Health Science Center at Houston

Distrito Hospitalario del Condado de Harris

Adriana Baron, RN, BSN
Joel R Flores, RD
Margaret Thomas, RN, BSN
Michelle Galindo-Talton, RN, BSN
Nancy DuFrane, FNP, RN
Patricia Batteaux, RN, BSN
Paul Frank, MBA
Sara Zarate, RN, BSN
Talar Glover, MS, RN, CNS
Veronica Echeverria, RN, BSN

EQUIPO DE PRODUCCIÓN

Baylor College of Medicine
Departamento de Medicina Familiar y Comunitaria

Maria Jibaja-Weiss, EdD
Productora Ejecutiva

Luis Rustveld, PhD, RD, LD
Productor Asociado, Director de Contenido

Lidia Porto
Guionista, Directora de la Historia y Productora del Video

Glori Chauca, MD, MEd
Gerente de Producción, Traducción al Español

Leslie Cruz, BA
Asistente de Producción

EQUIPO DE PRODUCCIÓN EXTERNO

Brian White Illustration
Dirección de Arte, Gráficos e Ilustración

Smilex, Inc.
Gerencia del Proyecto y Programación

Radiant Creative Group
Programación del Info-Mercado y los Juegos Interactivos

Clifton Camera Works
Fotografía, Video y Sonido

Lonely Land Production
Edición de Video

Ken BujnochIngeniero de Sonido (Info-Mercado)

Andrew HarperIngeniero de Sonido (Video)

Yvonne Aguirre.....Supervisora de Guión, A.D.

Bryan ParrasAsistente de Producción Clave

Dolores Jackson Directora de Casting

Mary Walbridge Lugares de Rodaje

Talento Musical y Vocal

Gustavo Venegas.....Compositor y Liricista

Jack Richmond.....Anfitrión de ¿Qué Contiene?

Gil Romero Narrador

Lidia Porto Narradora

Agradecemos especialmente a:

Javier Quezada Peña Pintor

Personajes de la Telenovela Interactiva de Diabetes

VICTORIA GONZALEZ Amparo Garcia-Crow

LUIS GONZALEZ Rene Munguia

LUCIA GONZALEZ Cynthia Lopez

LUCHO GONZALEZ Mateo Mpinduzi-Mott

ABUELA CARMEN Sylvia C. Rawley

Dra. CHAVEZ Cynthia Gualy

CLAUDIA ORTIZ Sylvia Garcia

PEDRO ORTIZ Gerardo Dávila

CECILIA ORTIZ Carolina Duarte

DON FERNANDO Francisco Philibert

EDUARDO Marcos Mena

EL FARMACISTA Anthony Hernandez

EL DOCTOR ALTERNO Stephen Brogdon

PERSONAJES DE FONDO

FARMACISTA Pravin D. Mehta

MUSICO EN EL BAZAR Gustavo Venegas

GENTE EN EL BAZAR Grace Muscarello

Cindy Muscarello (mom)

Christina Hernandez

Katarina Hernandez

Amy Hernandez (mom)

Joseph Garcia

Belinda M. Simpson (mom)

Matthew Simpson

Georgianna Simpson

Zachary Colt Lacy

Juan Soto

AGRADECIMIENTO ESPECIAL

Drs. Travis Gossey y Robert Volk por sus contribuciones iniciales al proyecto

Drs. Stephen Spann y John Rogers, Director y Director Interino del Departamento de Medicina Familiar y Comunitaria, por su orientación y apoyo a lo largo del proyecto

Drs. Carlos Vallbona y Brian Reed, Jefe y Jefe Asistente de Personal del Programa de Salud Comunitaria del Distrito Hospitalario del Condado de Harris (HCHD) por facilitar las actividades evaluativas.

Alicia Torres por sus contribuciones durante el desarrollo del guión y del programa

Pacientes del Programa de Salud Comunitaria del Distrito Hospitalario del Condado de Harris (HCHD) y el personal de HCHD por sus contribuciones y su ayuda a lo largo del proyecto

Jeffrey S. Smith, Wayne Moffat, Raymond Ramirez, Kristen Weidman, y Lilly Carreon

Lopez Negrete Communications por su ayuda continua en la etapa de diseminación del programa

RECURSOS

Todas las recomendaciones contenidas en esta programa son consistentes con las recomendaciones de la Asociación Americana para la Diabetes y el Instituto Nacional de Diabetes y Enfermedades Digestivas y del Riñón. Las recetas incluidas en la Caja de Recetas de Claudia fueron adaptadas de las recetas para un corazón saludable del Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre.

Para más información, por favor visite los siguientes sitios en Internet:

Asociación Americana para la Diabetes

www.diabetes.org

Instituto Nacional de Diabetes y Enfermedades Digestivas y del Riñón

www.diabetes.niddk.nih.gov

Asociación Dietética de América

www.eatright.org

Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre

www.nhlbi.nih.gov

La información provista en este libretto no intenta reemplazar consejos médicos. Por favor hable con su doctor antes de tomar cualquier acción relacionada con el manejo de su diabetes

BCM

Baylor College of Medicine

URL: <http://www.bcm.edu/shl>

Privacy Notices

© 2010- Baylor College of Medicine