

## Creación de recursos comunitarios para personas con diabetes

### Herramientas y recursos

Esta guía proporciona enlaces a herramientas y recursos que aparecen en la capacitación "Pasos para crear programas comunitarios para personas con diabetes".

También incluye enlaces a recursos adicionales para apoyar las estrategias resumidas en la sección 2 de la capacitación, "Planificación de actividades comunitarias".

Las direcciones de sitios web de organizaciones no federales se ofrecen solamente como un servicio a nuestros lectores. Esto no constituye un respaldo a dichas organizaciones por parte de los CDC ni del gobierno federal, ni debe inferirse respaldo alguno. Los CDC no se hacen responsables por el contenido de las páginas web de otras organizaciones.

#### Recursos para personas con diabetes

- [Consejos para ayudarlo a mantenerse sano si tiene diabetes](#)
- [¡Puedo controlar la diabetes junto con mi equipo de cuidados de la salud!](#)
- [Ayude a un ser querido que tiene diabetes](#)

[Visite el sitio del Programa Nacional de Educación sobre la Diabetes para encontrar más recursos para personas con diabetes o con riesgo de contraer esta enfermedad.](#)

#### Fomente una vida saludable

- [Diabetes Health Sense](#)

"Diabetes Health Sense" proporciona una variedad de recursos para las personas con diabetes o con riesgo de tener esta enfermedad, sus familiares y personas que las cuidan, a fin de ayudarlos a tomar decisiones saludables. (Por favor, siga el icono para la búsqueda de contenido en español en este sitio)

- [Lions Club Internacional "¡A servir!: Diabetes"](#)

Este sitio web proporciona consejos y recursos para aumentar la concientización sobre la diabetes en su comunidad.

#### Apoye la educación sobre el autocontrol de la diabetes

- [Recurso de educación sobre el autocontrol de la diabetes \(DSME\) de la Asociación Nacional de Directores de Enfermedades Crónicas](#) (Solo en inglés)

Este recurso proporciona información útil acerca de cómo aumentar el acceso a programas eficaces de DSME. Incluye enlaces a recursos de capacitación, el currículo aprobado e historias de éxitos.

- [Junta de Certificación Nacional de Educadores sobre la Diabetes \(NCBE, por sus siglas en inglés\)](#) (Solo en inglés)

La NCBE certifica a los educadores sobre la diabetes. Este sitio web incluye información útil acerca de la certificación profesional, y cómo encontrar educadores certificados sobre la diabetes y trabajar con ellos.

## Creación de recursos comunitarios para personas con diabetes

- [Asociación Estadounidense de Educadores sobre la Diabetes \(AADE, por sus siglas en inglés\)](#) (Solo en inglés)

La AADE es una organización profesional de educadores certificados sobre la diabetes. Esta organización también certifica a los programas que cumplen con los estándares nacionales de educación sobre el autocontrol de la diabetes. Este sitio web proporciona información acerca de la educación sobre la diabetes, cómo encontrar a un educador certificado sobre la diabetes, y cómo encontrar un programa de DSME acreditado o reconocido.

- [Programa de Reconocimiento de la Asociación Americana de la Diabetes \(ADA\)](#) (Solo en inglés)

La ADA reconoce los programas de DSME que cumplen con los estándares nacionales de educación sobre el autocontrol de la diabetes. Este sitio web tiene más información acerca del reconocimiento de programas y cómo encontrar programas de la ADA reconocidos.

- [Programa de Autocontrol de la Diabetes de la Universidad de Stanford](#)

El Programa de Autocontrol de la Diabetes de la Universidad de Stanford fue diseñado para ser implementado en entornos comunitarios por líderes que tengan diabetes. Este sitio web proporciona información para las organizaciones que puedan estar interesadas en ofrecer el programa. También incluye una lista de las organizaciones que ya lo ofrecen.

### Promotores de salud

- [Kit de los CDC para promotores de salud](#)

Este kit tiene enlaces a herramientas para ayudar a crear e implementar programas de trabajadores comunitarios de salud. (Solo en inglés)

- [Trabajadores comunitarios de salud: Aliados para mejorar la salud](#) (Solo en inglés)

Este sitio explica los roles de los trabajadores comunitarios de salud e incluye enlaces a herramientas y recursos.

Estos sitios explican las funciones de los promotores de salud e incluye enlaces a herramientas y recursos:

- [Migrant Health Promotion \(MHP\)](#)
- [Visión y Compromiso](#)
- [La Iniciativa Latina de Salud](#)
- [American Public Health Association Community Health Workers Section](#)
- [Association of State and Territorial Health Officials](#)
- [Programa de Manejo Personal de la Diabetes \(Spanish Diabetes Self-Management Program\)](#)

## Creación de recursos comunitarios para personas con diabetes

### Cree ambientes saludables

*Mejore el acceso a alimentos más saludables*

- [Let's Move! en español](#)

Este sitio web proporciona enlaces a recursos para ayudar a organizaciones de la comunidad con información útil para fomentar entornos que beneficien una vida más sana, ofrecer comidas más saludables en las escuelas, asegurar que todas las familias tengan acceso a comidas saludables y de bajo precio y contribuir a que los niños hagan más actividad física.

- [Healthy Food Service Guidelines](#) (Solo en inglés)

Las directrices para servir alimentos se usan para crear un ambiente alimentario en el cual haya más opciones saludables para los consumidores. Estas directrices se usan para aumentar la disponibilidad de alimentos y bebidas más saludables, y para ponerlos más a la vista para que las opciones saludables sean más accesibles.

- [The SNAP-Ed Connection](#) – Recursos en español

Este sitio web es un centro dinámico de recursos en línea. Incluye información y recursos en áreas tales como:

- Alimentación Compras / Preparación / Cocción
- Nutrición general
- Material de educación nutricional
- Seguridad alimentaria
- Actividad física
- 

- [Cómo hacer uso de las frutas y las verduras para ayudar a controlar el peso](#)

Este sitio web ofrece maneras sencillas para reducir calorías y estimular la ingesta de frutas y verduras

- [La guía de los CDC para estrategias que incrementen el consumo de frutas y verduras](#) (Solo en inglés)

Esta guía lo ayudará a elegir estrategias que alentarán a las personas a comer más frutas y verduras.

- [10 Tips Nutrition Education Series](#) (Algunos recursos están disponibles en español)

Esta sección de la web incluye recursos disponibles en español que animan a la gente a comer más frutas y verduras.

*Mejore el acceso a lugares para ser físicamente activo*

## Creación de recursos comunitarios para personas con diabetes

- [Estrategias comunitarias de los CDC para la actividad física](#) (Solo en inglés)

Este sitio incluye recursos para ayudar a aumentar la actividad física en las comunidades.

- [Acuerdos de uso compartido](#)

Este recurso proporciona una variedad de herramientas para ayudar a las comunidades a que colaboren para que las instalaciones comunitarias sean más accesibles a fin de fomentar la actividad física.

- [Living Healthy in Español](#)

“Living Healthy” es el programa de televisión de 30 minutos de la Coalición de Durham Contra la Diabetes. Cada episodio presentará historias sobre la nutrición, la actividad física, los recursos locales, la atención de la salud, y los residentes locales que viven con diabetes tipo 2.

- [Los adultos con discapacidades- La actividad física es para todos](#)

Este sitio incluye una infografía de cómo aumentar la actividad física en adultos con discapacidades y otros recursos.

- [Los Espacios Activos y los Niños Latinos](#)

Esta es una reseña temática sobre la actividad física en adultos y niños en poblaciones latinas.

- [Conversaciones para el Cambio en la Comunidad del Bronx](#)

Esta es una Guía de discusión para establecer una conversación en la comunidad acerca de cómo vivir una vida activa.

## Aprenda acerca de la salud de su comunidad

- [Evaluación de la salud de la comunidad y evaluación de grupo: Cómo crear una base de conocimientos para dar prioridad a la comunidad](#) (la herramienta “CHANGE”) (Solo en inglés)

La herramienta “CHANGE” ayuda a los equipos de la comunidad (como las coaliciones) a crear su plan de acción comunitario. Esta herramienta guía a los miembros del equipo de la comunidad a través del proceso de evaluación, y ayuda a definir y priorizar posibles áreas de mejora. Al tener esta información como guía, los miembros del equipo de la comunidad pueden hacer mejoras comunitarias sostenibles que aborden las causas originales de las enfermedades crónicas y los factores de riesgo relacionados. Puede usarse todos los años para evaluar las políticas, los sistemas y las estrategias de cambio ambiental actuales, y ofrecer nuevas prioridades para futuros esfuerzos.

## Creación de recursos comunitarios para personas con diabetes

[CHANGE Tool Templates and Resources in Spanish \(Herramienta CAMBIO Plantillas y Recursos en Español\)](#) (Al final de la página)

- [Datos y estadísticas sobre la diabetes, de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#)

Los datos y estadísticas sobre la diabetes proporcionan recursos que documentan la carga de la diabetes y sus complicaciones en la salud pública en los Estados Unidos.

## Forme alianzas

- [Aumentar la participación y la asociación](#)

Este enlace le ofrece un conjunto de herramientas que le ayuda a aumentar la participación y comprometer a los colaboradores en esfuerzos de cambio.

- [Kit de los CDC para formar alianzas](#) (Solo en inglés)

Este recurso tiene herramientas para ayudar a las organizaciones a identificar las necesidades de asociación, y a establecer, evaluar y mantener las asociaciones.

- [Herramientas y recursos de "Coalitions Work"](#) (Solo en inglés)

"Coalitions Work" proporciona herramientas, capacitación y asistencia técnica para ayudar a las coaliciones a ser más eficaces.

- [Seminario web: Socios para la salud: Cómo lograr la participación de las comunidades religiosas -Webinar: Partners in Health: Engaging Faith Communities](#) (Solo en inglés)

Este [seminario web](#) es una conversación sobre cómo lograr la participación de las organizaciones religiosas en la prevención y el control de la diabetes. Presenta un panel de la Asociación Americana de la Diabetes, la "Fe Lucha contra la Diabetes" (Faith Fights Diabetes) y el Centro de Filantropía de los Apalaches (The Center for Appalachian Philanthropy) que comparten las herramientas y estrategias para trabajar con organizaciones religiosas en relación con la diabetes.

## Fije metas y objetivos y evalúe sus actividades

Estos recursos le guiarán por el proceso de desarrollar un plan de evaluación, incluyendo la participación de los asociados (*stakeholders*) y el establecimiento de metas y objetivos.

## Creación de recursos comunitarios para personas con diabetes

Contienen herramientas, listas de cotejo y hojas de trabajo para ayudarle a través del proceso.

- [Fundación W.K. Kellogg Manual de Evaluación](#)
- [Criterios de selección de los indicadores de alto rendimiento- Lista de verificación para brindar información sobre el monitoreo y la evaluación](#)

## Otros recursos

- [Herramientas para cambiar nuestro mundo](#)

La caja de herramientas comunitarias fue diseñada para ayudarlo a través de todas las etapas de creación e implementación del programa. Proporciona orientación, herramientas y recursos para ayudarlo a evaluar las necesidades, y a planificar, tomar medidas, evaluar y continuar con su trabajo.

- [La guía de servicios comunitarios preventivos](#) (Solo en inglés)

*La guía de servicios comunitarios preventivos* es un recurso para ayudarlo a elegir programas y políticas que mejoren la salud y prevengan enfermedades en su comunidad. Se usan revisiones sistemáticas para identificar qué intervenciones en cuanto a programas y políticas se ha demostrado que son eficaces, si hay intervenciones eficaces que sean adecuadas para su comunidad y cuánto pueden costar las intervenciones eficaces. Las recomendaciones que hay en la guía son útiles para grupos comunitarios y lugares de trabajo que estén tratando de decidir qué estrategias son adecuadas para su organización, buscando la participación de socios y solicitando fondos y otros recursos.

Encuentre recomendaciones relacionadas con lo siguiente:

- [Diabetes](#)
- [Alimentación](#)
- [Actividad física](#)

## Programa Nacional de Educación sobre la Diabetes

Para obtener más información, llame al 1-800-CDC-INFO (800-232-4636)

Línea TTY 1-(888) 232-6348 o visite [www.cdc.gov/info](http://www.cdc.gov/info).

Para solicitar recursos, visite [www.cdc.gov/diabetes/ndep](http://www.cdc.gov/diabetes/ndep).