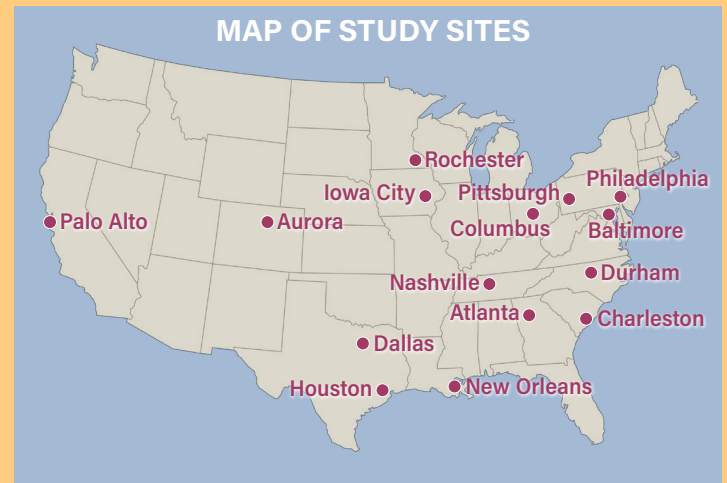


ACTUALIZACIONES DEL ESTUDIO: qué sitios están abiertos, cuántos pacientes inscritos

¡El estudio CODA ahora tiene 14 sitios reclutando activamente! (ver mapa)

Recién estamos comenzando y hasta ahora hemos reclutado a unos 30 participantes para el estudio.

¡Nuestro objetivo es reclutar un total de 1.600 participantes durante el próximo año!



ENTENDIENDO LA DIABETES

Todas las personas en el estudio CODA son nuevas en tener diabetes, ya sea diabetes tipo 1 o diabetes tipo 2. Las diferencias entre los dos tipos de diabetes pueden ser difíciles de entender, especialmente al principio. Ambos tipos de diabetes provocan problemas con los niveles de azúcar en la sangre, pero por diferentes razones.

Para entender la diabetes en general:

<https://www.cdc.gov/diabetes/about/index.html>

Para entender la diabetes tipo 1:

<https://www.cdc.gov/diabetes/signs-symptoms/just-diagnosed-type-1.html>

Para entender la diabetes tipo 2:

<https://www.cdc.gov/diabetes/signs-symptoms/coping-with-type-2-diagnosis.html>

y: <https://www.cdc.gov/diabetes/about/about-type-2-diabetes.html>

En la diabetes tipo 1, el cuerpo produce muy poca insulina o no produce insulina en absoluto. En la diabetes tipo 2, el cuerpo produce insulina, pero el cuerpo no usa la insulina tan bien como debería para controlar el azúcar en la sangre. Los siguientes enlaces pueden ayudarle a entender mejor la diabetes.

A MEDIDA QUE NOS ACERCAMOS AL VERANO, PENSEMOS EN CÓMO TENER UNA TEMPORADA FELIZ Y SALUDABLE...



¿Sabías que el calor afecta más a las personas con diabetes que a las que no la tienen?

Visite el siguiente sitio web para obtener más información:

<https://www.cdc.gov/diabetes/articles/managing-diabetes-in-the-heat.html>

¿Te preocupa viajar con diabetes?

Parte de la alegría de viajar es salir de la rutina habitual, pero esto puede hacer que el control de la diabetes sea más difícil. Asegúrese de hablar con su equipo de atención médica cuando considere usar estos recursos.

El siguiente sitio web puede ayudarlo a comprender cómo controlar su diabetes mientras se divierte en vacaciones:

<https://www.cdc.gov/diabetes/about/tips-for-traveling-with-diabetes.html>

Lo que puedes llevar en el avión al volar también puede ser confuso.

El siguiente sitio lo expone claramente:

<https://diabetes.org/tools-support/know-your-rights/what-can-i-bring-with-me-on-plane>

¿Está preparado para controlar su diabetes durante las tormentas de verano?

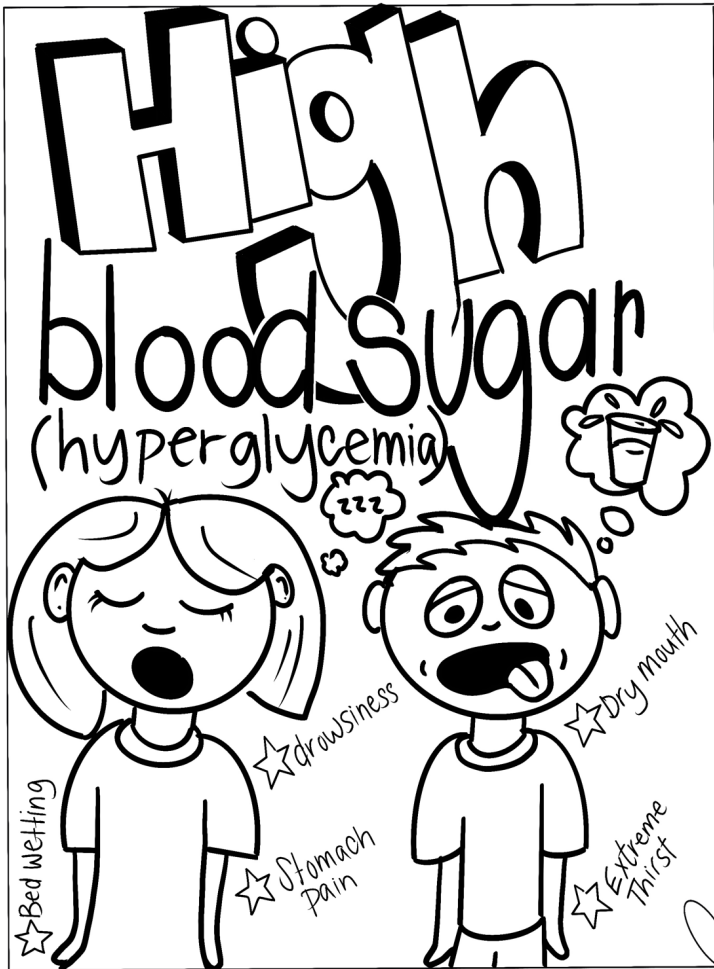
Las tormentas que son más probables en el verano, como huracanes y tornados, pueden crear emergencias, y no queremos que tenga una emergencia de salud adicional con su diabetes en esas situaciones.

Entra en el siguiente enlace para saber cómo abastecer tu cocina y tu kit de suministros para la diabetes para estar preparado para las tormentas:

<https://diabetesresearch.org/diabetes-preparedness-during-hurricane-season/>

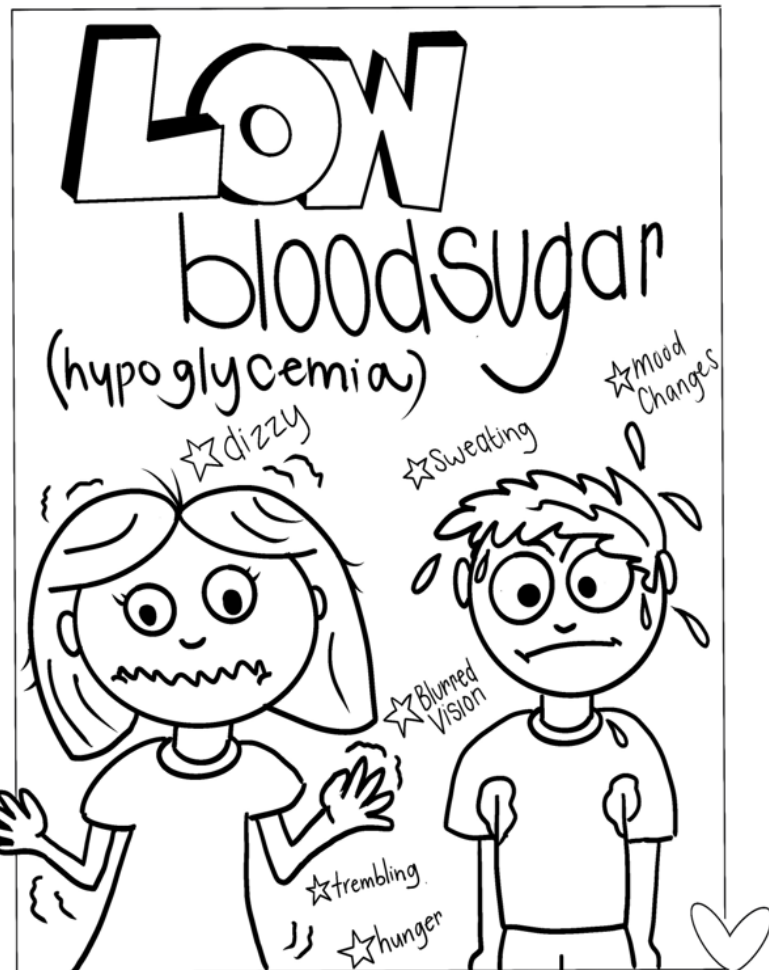
RINCÓN DE LOS NIÑOS

El equipo de CODA está emocionado de inscribir a los niños en nuestro ensayo. Cada trimestre, presentaremos una página para colorear o un juego para ellos. Disfrute de los siguientes dibujos para colorear que muestran cómo se puede sentir tener un nivel bajo de azúcar en la sangre y un nivel alto de azúcar en la sangre.



Nurse Amy's Coloring pages

High blood sugar, Azúcar alta (hiperglucemia): drowsiness, somnolencia; dry mouth, boca seca; extreme thirst, mucha sed; stomach pain, dolor de estomago; bed wetting, mojar la cama.



Nurse Amy's Coloring pages

Low blood sugar, Azúcar baja (hipoglucemia): dizzy, mareado; sweating, sudando; mood changes, cambios de humor; blurred visión, visión nublada; hunger, hambre; trembling, temblores

Presentamos a Bridgett Choe, socia paciente y miembro del Comité Directivo

Intereses personales

Me gusta el senderismo, los viajes y los conciertos (¡especialmente la Dave Matthews Band!). La diabetes ha afectado al senderismo. Ahora que estoy tomando insulina, me aseguro de comer bocadillos mientras hago senderismo para controlar mi azúcar en la sangre. También me encanta la escuela y aprender cosas nuevas.

Mi experiencia con la diabetes

Me diagnosticaron hace unos 2 años diabetes autoinmune latente en adultos (LADA). No tenía diabetes Tipo 1 en mi familia, que yo sepa. Hace años, mientras estaba embarazada de mi único hijo, me diagnosticaron diabetes gestacional alrededor de las 30 semanas de embarazo. En ese momento, mi endocrinólogo me dijo que tenía un 60% más de probabilidades de desarrollar diabetes tipo 2 más adelante en la vida, por lo que siempre ha estado en el fondo de mi mente. Cuando me diagnosticaron recientemente, inicialmente me diagnosticaron erróneamente como tipo 2 y estaba perdiendo peso rápidamente. Me dieron metformina, lo que me enfermó aún más, así que fui a un endocrinólogo que me ayudó a averiguar qué estaba mal y me inició en el tratamiento de insulina. Ahora, estoy considerando hacer la transición a una bomba de insulina, pero me preocupa que, debido a que mis necesidades de insulina no son altas en este momento, la bomba desperdicie insulina o falle. Estoy tratando de averiguar si comenzar con una bomba o continuar usando insulina de acción prolongada a través de una pluma.

Después de enterarme de mi diagnóstico de LADA tipo 1, le dije a mi endocrinólogo que estaba preocupada por mi hija, y él sugirió que le hicieran una prueba de anticuerpos tipo 1,



¡y afortunadamente, ella es negativa para los anticuerpos! El viaje de la diabetes ha sido una serie de decisiones e involucró muchas emociones, desde el dolor hasta la aceptación.

Cómo me involucré con CODA

Me enteré de CODA a través de mi endocrinólogo. ¡Todo mi equipo de diabetes, que incluye endocrinólogos y un nutricionista diabético, es nada menos que FENOMENAL! Me siento bendecido de haber encontrado a mi equipo de diabéticos durante un momento realmente difícil de mi vida. ¡Se necesita trabajo en equipo y sentirse cómodo con la atención de sus médicos y proveedores de atención médica! Literalmente, no sé qué haría sin ellos, y estoy muy feliz de que mi endocrinólogo me tomara bajo su protección, me informara sobre este estudio y me preguntara si lo me gustaría ser parte de ello! Estoy muy feliz de ser parte del equipo de CODA.

Mis recursos favoritos para la diabetes

Me gusta el grupo de Facebook JuiceBox Podcast sobre diabetes tipo 1 y el grupo de apoyo de LADA: Vivir con diabetes T1 de inicio en adultos, también en Facebook. Ambos son grupos privados con buena moderación y brindan excelentes recursos a las personas. El libro "Piensa como un páncreas" también me ha ayudado a entender mejor mi diabetes.

Presentamos a Jessica Marlin, CCRP, INHC, CAHNS, Gerente de Proyecto CODA.

Hola, soy Jessica Marlin, la directora principal del proyecto CODA. He estado trabajando en investigación durante 20 años, y en Vanderbilt durante 12 de esos años. Comencé mi carrera en investigación después de que me animaran a aceptar un puesto de investigación mientras estaba en la escuela y me enamoré de él.

Al descubrir que tenía diabetes tipo 1 a los 10 años, desarrollé un interés duradero en la salud y el bienestar y en cómo la nutrición puede complementar el manejo de la diabetes. En 2023, mi interés me llevó a buscar una certificación en coaching de salud para comprender mejor cómo todos los aspectos de nuestras vidas (dieta, sueño, historial médico y factores sociales) pueden afectar nuestra salud general y cómo mirar el cuerpo en su conjunto puede conducir a la curación. Desde entonces recibí mi certificación de Health Coach a través del Instituto de Nutrición Integrativa (IIN) y también soy Especialista en Nutrición Holística Autoinmune certificada por Profesionales y asociados de American Fitness (AFPA).



En futuros boletines informativos, proporcionaré consejos de salud y estaré feliz de responder las preguntas que los lectores puedan hacer. Si tiene alguna pregunta, envíe un correo electrónico al equipo de participación de CODA (CODA@pitt.edu). Por favor, titule su correo electrónico "Pregunta sobre el boletín informativo de CODA."

NOTA: Estos correos electrónicos no serán monitoreados en tiempo real y no podemos dar consejos médicos personales. El equipo de participación de CODA seleccionará una o dos preguntas para unswear en el próximo boletín cada trimestre.

Tenga en cuenta que las recomendaciones presentadas aquí son solo para fines informativos y no son consejos médicos.

VANDERBILT  UNIVERSITY
MEDICAL CENTER

Copyright Vanderbilt University Medical Center

El estudio CODA está financiado por el Instituto Nacional de Salud (NIDDK 1U01DK137533)