

EMPLEADOS

La diabetes va contigo a todas partes, incluso al trabajo.



Un entorno laboral que te permite sentirte seguro y en confianza para cuidar de tu condición puede marcar la diferencia en tu bienestar y productividad.

Un entorno laboral adecuado para el cuidado de la diabetes ofrece:

- **Espacios apropiados:**
 - **Refrigerador:** para conservar la insulina y otros medicamentos
 - **Un espacio privado, que no sea el baño:** para el manejo de la diabetes (inyección de insulina u otros medicamentos)
- **Capacitación de primeros auxilios en emergencias relacionadas con diabetes como hipoglucemias**
- **Tiempos para el consumo de alimentos, agua y baño, y para atender necesidades médicas durante el horario laboral**
- **Actividades para cuidar la salud mental de los empleados**
- **Un ambiente inclusivo, sin discriminación ni estigmas por condiciones de salud**
- **Participar en actividades conmemorativas del día mundial de la diabetes de asociaciones, clínicas u hospitales**
- **Acciones preventivas:**
 - Campañas informativas sobre diabetes
 - Pruebas periódicas de detección
 - Opciones saludables de alimentos y refrigerio
 - Programas o incentivos para ejercicio como membresías de gimnasio o pausas activas



Como responsable de tu diabetes, debes contar con suministros médicos necesarios en tu lugar de trabajo para atender una emergencia relacionada con la diabetes como glucagón y alimentos o bebidas apropiadas para tratar niveles bajos de glucosa.

Referencias: <https://worlddiabetesday.org/>
<https://www.diabetesvic.org.au/wp-content/uploads/2024/07/a1f900000071gHsAAI.pdf>

Aprenda más sobre diabetes y actúe en su lugar de trabajo

#VidaConDiabetes

Una campaña de la Federación Internacional de Diabetes



Conoce más en: diamundialdiabetes.org