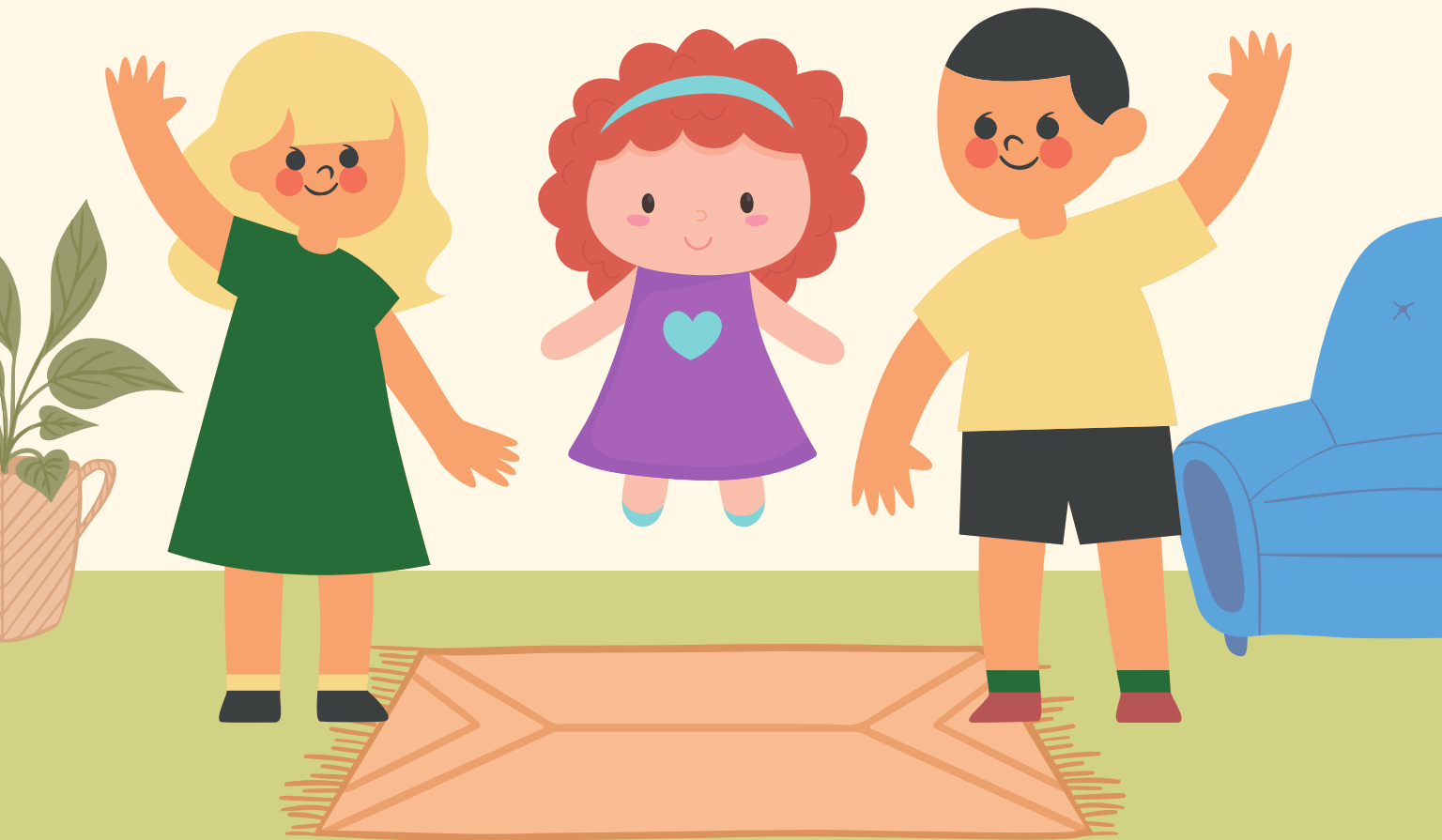


CUIDADOS COM A AMIGA BETTE



ESSE LIVRO
PERTENCE A:



Quando Sergio descobriu a
existência da diabetes ficou
confuso e triste.



Sergio sentia medo de ficar isolado, sentia saudades de alimentos que o confortava e se sentia mais cansado.



Até que a técnica Luiza
visitou a escola de
Sergio.



Luisa era uma
técnica em nutrição
que orientou a sala
de Sergio sobre a
alimentação com a
diabete.



Luiza orientou que as crianças
começassem introduzindo
frutas e legumes na sua
alimentação.



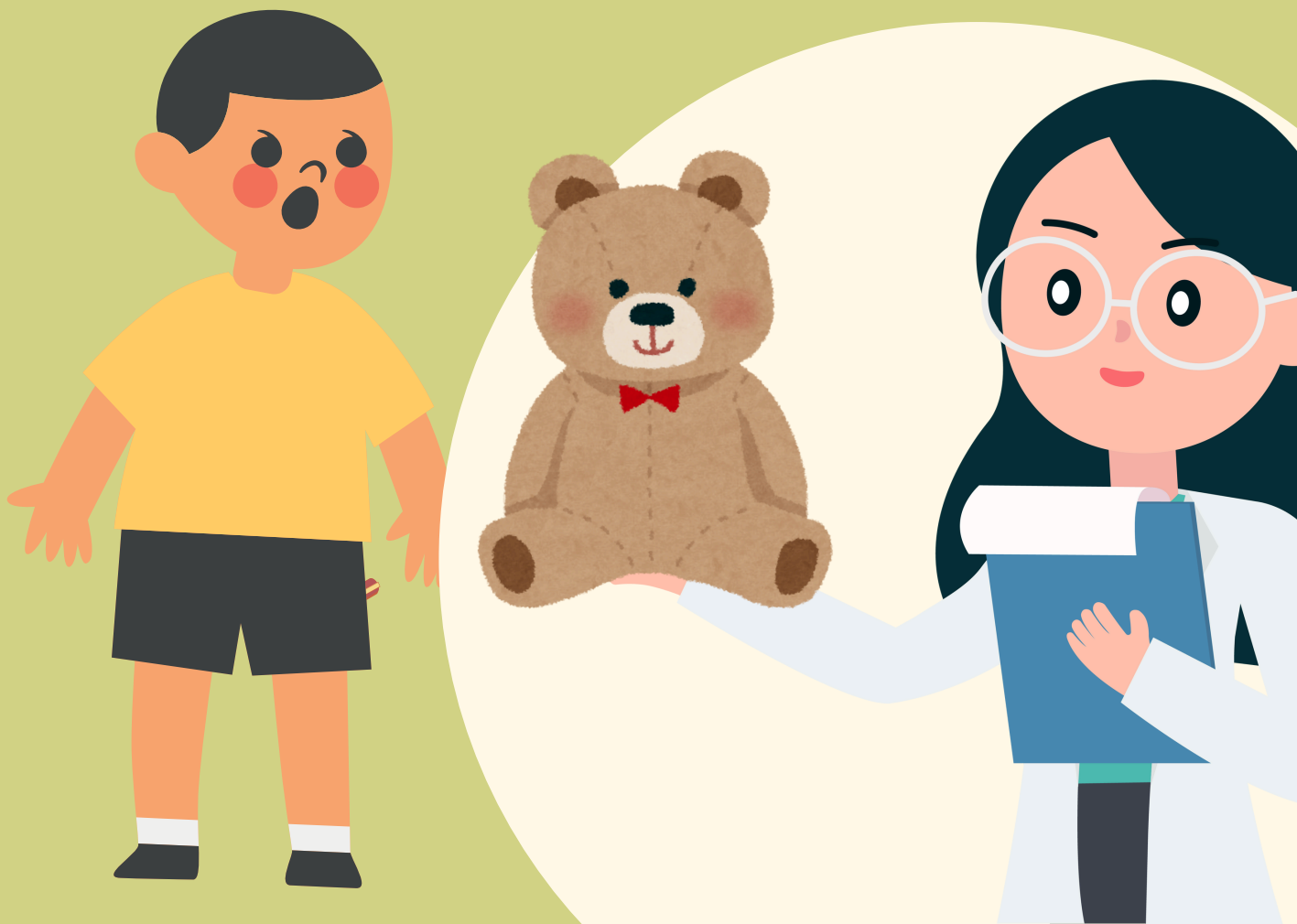
Além de sugerir que
começassem a praticar
exercícios físicos para
melhorar o condicionamento
deles.



- Lembrem-se também de sempre estar de olho nos pezinhos! cuidado com qualquer machucados ou feridas.



Além das orientações, Sergio ganhou um boneco de Luiza. Ele deveria cuidar do boneco assim como cuida da diabetes

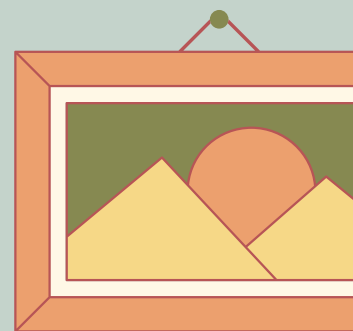


Sergio agora se sentia muito mais confiante após as orientações da técnica.

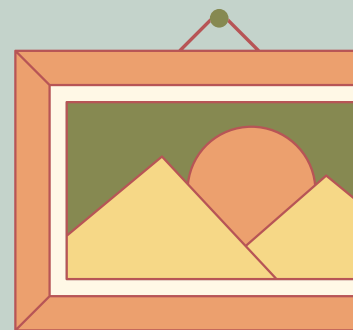


além de estar muito alegre com seu novo amigo

Sergio foi correndo contar das suas descobertas para sua amiga Vanessa.



O que Sergio não sabia é que
Vanessa também tinha diabetes.



-Sergio essa é a Bette, ganhei ela de presente da técnica Luiza. A Bette é minha amiga, assim como a diabetes.



Vanessa perguntou para Sergio qual era o nome do seu novo amigo.



Porém ele ainda não tinha pensado sobre.



mas
Sergio
teve uma
idéia



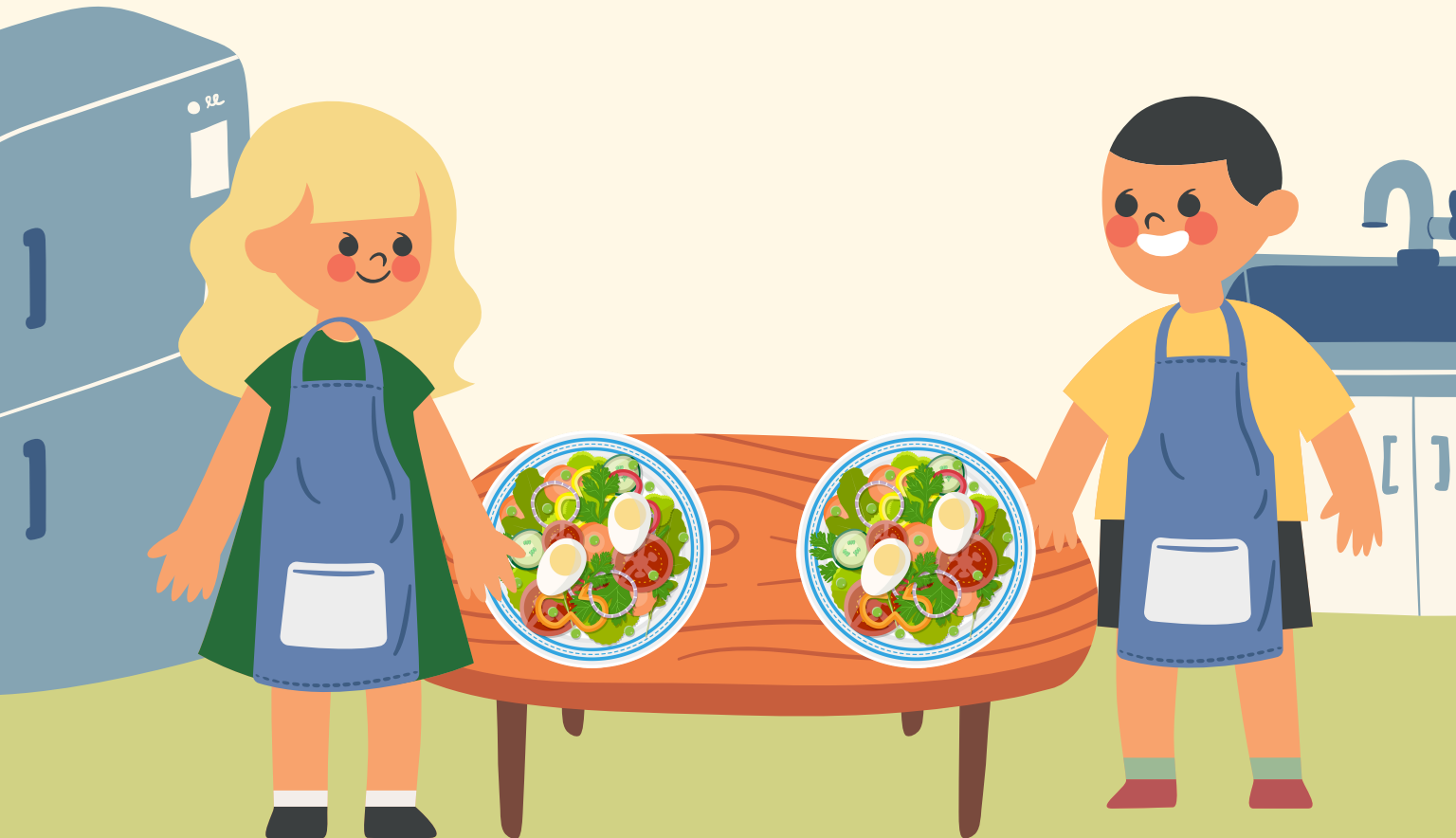
-Vanessa, esse é o Betto.



Vanessa e Sergio agora se divertiam
com Bette e Betto, sem medo da
diabete, eles não viam a diabete
como um monstro.



Os dois mantiam uma alimentação saudável á base de frutas, legumes, carnes e verduras.



Sergio e Vanessa se incentivavam a praticar esportes físicos e brincadeiras que vão além do video game.



Sergio viu que a vida dele podia continuar a mesma, mas agora com uma alimentação saudável e balanceada, sem se afastar da sua realidade e das pessoas que gosta.



A técnica Luisa tem um recadinho para
você agora



Ajude seus responsáveis a se lembrar dos cuidados com os pés, com o controle da sua glicemia e sempre prestar atenção aos rótulos dos alimentos quanto aos altos níveis de açúcares.



Você também não precisa temer a diabetes, torne ela sua amiga cuidando dela, procure um médico ou nutricionista ou algum profissional da área para saber conviver melhor com a sua amiga diabetes.

