

La noticia de la semana



18.03.2019

Consejos para vivir con una enfermedad crónica

Las personas que son diagnosticadas con una enfermedad crónica, como puede ser la diabetes, suelen pasar por un **proceso complejo y, en muchas ocasiones, ligado a sentimientos negativos y pesimistas**. Por eso, desde el portal “Tú cuentas mucho” recomiendan seguir estos **5 consejos**: hablar con los seres queridos y profesionales sanitarios de referencia, como vía para liberar las preocupaciones y buscar ayudar; informarse sobre la patología a la que se debe hacer frete, para poder controlar mejor sus síntomas y complicaciones; no abandonar los hobbies y espacios de ocio que forman parte de la rutina; adoptar hábitos saludables, que ayudan a afrontar la enfermedad y su tratamiento con una mejor preparación física; y buscar una comunidad de apoyo, a través, por ejemplo, de una asociación de pacientes . Para más información, haz clic [aquí](#).

Con la colaboración de:
 **NOVARTIS**

LA NOTICIA DE LA SEMANA es un proyecto impulsado por FEDE y que cuenta con la colaboración de NOVARTIS. No obstante, NOVARTIS no interviene ni en su diseño ni en su contenido.