

∨	Título del Proyecto Andadura saludable con diabéticos
∨	Promotor/a Soraya Méijome Blanco: Enfermera Especialista en EFYC - José Manuel Fernández García: Médico Especialista en MFYCo
∨	Contacto soraya.meijome.blanco@sergas.es
∨	Colectivo destinatario Pacientes con diabetes mellitus tipo I e II
∨	Objetivos <ul style="list-style-type: none">• Conseguir reducir las cifras de glucemia capilar tras una andadura de 1 hora en pacientes con diabetes Mellitus
∨	Número de participantes previsto 30
∨	Período de desarrollo 28/05/2019, día mundial de la nutrición
∨	Área geográfica de Intervención Centro de Salud de Valga (Santiago de Compostela)
∨	Breve Descripción del Proyecto La andadura partió desde lo centro de salud, en el que se realizó una glucemia capilar pre-ejercicio (los/las pacientes desayunaron, para prevenir posibles hipoglucemias) y se les hizo entrega de una mochila con agua y fruta (ésta para después del ejercicio). Se caminó durante 1 hora (pacientes y