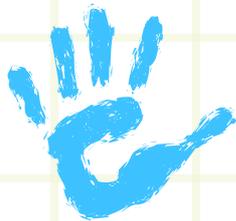


LENNY CUI.D.AR

te enseñan a cuidar el planeta



¡Hola! ¡Somos **CUI.D.AR!**

Nuestra misión es ayudar a cuidar a los chicos y a los grandes que viven con diabetes. Hacemos cosas increíbles, acompañamos a los chicos, visitamos escuelas, conocemos a sus amigos, organizamos campamentos, ¡Creamos actividades muy divertidas para aprender a cuidar la diabetes!



¡Esta vez queremos presentarles a alguien muy especial: Lenny, el León!

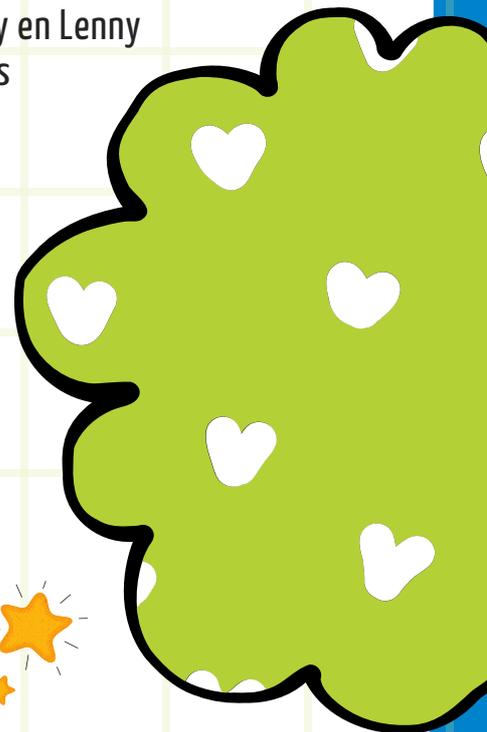
Lenny descubrió que tenía diabetes hace algún tiempo.

Pero no se asustó, y desde entonces se convirtió en un verdadero experto en diabetes.

Lenny usa una bomba de insulina Medtronic para cuidar su diabetes.

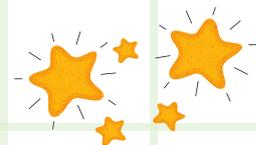
Pero aquí está lo más genial de todo: **CUI.D.AR** invitó a Lenny para cumplir juntos una misión. Como saben, **CUI.D.AR** y Lenny están siempre dispuestos a compartir experiencias y conocimientos sobre diabetes con los chicos, pero esta vez queremos, **CUI.D.AR** y Lenny, enseñarles a los chicos cómo cuidar nuestro planeta, enseñándoles a ser amigables con el medio ambiente. Porque cuidar tu salud es importante, ¡y cuidar nuestro hogar, la Tierra, también!

Así que, siempre recuerden que en **CUI.D.AR** y en Lenny tienen a su propio equipo de superhéroes de la diabetes y del planeta!



LENNY CUI.D.AR

te enseñan a cuidar el planeta



¡Vamos a aprender algo emocionante!



¡Al igual que cuidamos todos los días nuestra diabetes, también es importante cuidar nuestro planeta, que es como nuestra casa grande!

Piensen en dos casas muy especiales: la casa grande y la casa pequeña. La casa grande es nuestro planeta, la Tierra. Es enorme y tiene de todo: tierra, agua, aire, animales, plantas ¡y muchas personas!

Al igual que cuidamos nuestro hogar, debemos cuidar el planeta. ¿Por qué? Porque es el único lugar donde vivimos, ¡y no tenemos otro!

La casa pequeña es donde vivimos con nuestra familia. Ahí jugamos, dormimos, comemos y pasamos tiempo juntos. Es un lugar muy importante para nosotros. Así que necesitamos cuidar tanto nuestra casa grande, la Tierra, como nuestra casa pequeña, nuestro hogar.

Y ¿saben qué? Cuidar nuestro planeta es similar a cuidar nuestra diabetes. Así como debemos aplicarnos insulina, revisar nuestros niveles de azúcar y llevar una alimentación saludable para mantener nuestra diabetes bajo control, también debemos cuidar la Tierra.

Una forma de hacerlo es mantener todo limpio, aprender a cuidar el agua y a no desperdiciarla, aprender a cuidar la energía, y también aprender a reciclar. ¿Qué es reciclar? Al igual que clasificamos nuestros medicamentos, podemos clasificar también los residuos, los juguetes viejos, la ropa, las cajitas de los reactivos, las cajitas de las insulinas, para que no dañen la Tierra.

Recordá que cuidar el planeta y cuidar tu diabetes es muy importante.

Así que sigamos cuidando nuestra casa grande, la Tierra, nuestro hogar ¡y nuestra diabetes!
El mundo será así un lugar mejor para vivir, ¡y eso es genial!





LENNY CUI.D.AR te enseñan a cuidar el planeta



**¡AHORREMOS
AGUA!**



¡El lavado de manos con agua y jabón es muy importante porque interrumpe la cadena de transmisión de enfermedades! No es suficiente con mojarse los dedos, hay que lavarse las manos con jabón, frotarse, enjuagarse y secarse. Y en relación a la diabetes, lavarte las manos antes de medir la glucemia ayuda a obtener resultados más precisos. ¡Así te aseguras de que tu diabetes esté bajo control!

El agua es esencial para la vida. Si todos ahorramos agua, aseguramos que habrá suficiente para beber, para bañarnos y para que crezcan las plantas y los árboles. ¡Así cuidamos nuestro planeta y aseguramos un futuro mejor para todos! El agua también es muy importante para las personas que tenemos diabetes porque nos permite hidratarnos y eso es muy bueno para nosotros.

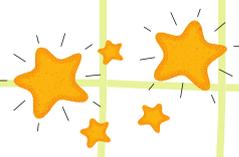
Cuando te cepilles los dientes, asegúrate de que la canilla esté cerrada mientras te cepillás los dientes. ¡Eso ahorra mucha agua!

Cuando nos bañamos es divertido, pero también podemos gastar mucha agua. Tratá de tomar baños más cortos o duchas rápidas.

Cuando llueve, podés poner un balde afuera para recolectar el agua y usarla para regar las plantas.

Si ves que la canilla gotea, avisá enseguida para que lo arreglen, porque se desperdicia mucha agua.

Si todos ahorramos agua, aseguramos que este elemento fundamental para la vida siga siendo suficiente para todo el ecosistema de la Tierra: personas, animales, plantas, árboles, suelos, etc.. ¡Por eso cuando ahorrás agua, estás ayudando a cuidar el planeta! ¡Y eso es increíble! 💧🌍🌟



LENNY CUI.D.AR te enseñan a cuidar el planeta



¡AHORREMOS ENERGÍA!



¡Cuando usamos menos energía, estamos ayudando a cuidar la Tierra y sus recursos naturales!
¡Aprendamos juntos a usar la energía de manera inteligente en casa!

Usá bombitas de bajo consumo en lugar de aquellas poco eficientes energéticamente.

Usá menos el aire acondicionado.

Desenchufá cargadores, televisores y dispositivos electrónicos que no estás usando. Apagados, pero enchufados, también consumen energía.

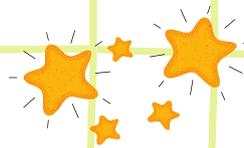
Cuando compres electrodomésticos, tratá de encontrar modelos que tengan la función de apagado automático.

No dejes la computadora en modo de espera, apágala al final de cada día.

Abrí ventanas en lugar de encender el ventilador o el aire acondicionado para enfriar los ambientes, así no utilizás electricidad.

Cuando laves tu ropa, asegurate de llenar el lavarropas con ropa suficiente.

¡Vamos a ser superhéroes de la energía!



LENNY CUI.D.AR te enseñan a cuidar el planeta



**CONOCÉ
LAS "4R"**

Las "4R" son como superpoderes que nos ayudan a cuidar nuestro planeta, la Tierra.

Al usar estos superpoderes, podemos proteger nuestro planeta y mantenerlo limpio y saludable.

Al igual que cuidamos nuestra diabetes, también podemos cuidar la Tierra.

¡Vos también tenés estos superpoderes!

Reducir:

Tu primer superpoder es 'Reducir'.

Significa usar menos cosas para no crear basura.

Podés llevar una botella reutilizable para hidratarte mientras hacés ejercicios para cuidar tu diabetes en lugar de muchas botellitas de plástico. ¡Así generarás menos basura! 😊

Reutilizar:

Tu segundo superpoder es 'Reutilizar'.

Eso significa darle una segunda oportunidad a las cosas. Por ejemplo, podés pintar y decorar la caja de los Sensores y convertirla en un cofre del tesoro. ¡Es como darle una nueva vida! 😊

Reciclar:

Tu tercer superpoder es "Reciclar".

Es como magia, tenés el poder de transformar ropa vieja en algo nuevo y genial. Imaginá que esos jeans que ya no te quedan, se pueden convertir en una increíble mochila para llevar todos los insumos para la diabetes.

¡Cuando reciclás le das una segunda vida a tu ropa!! 😊

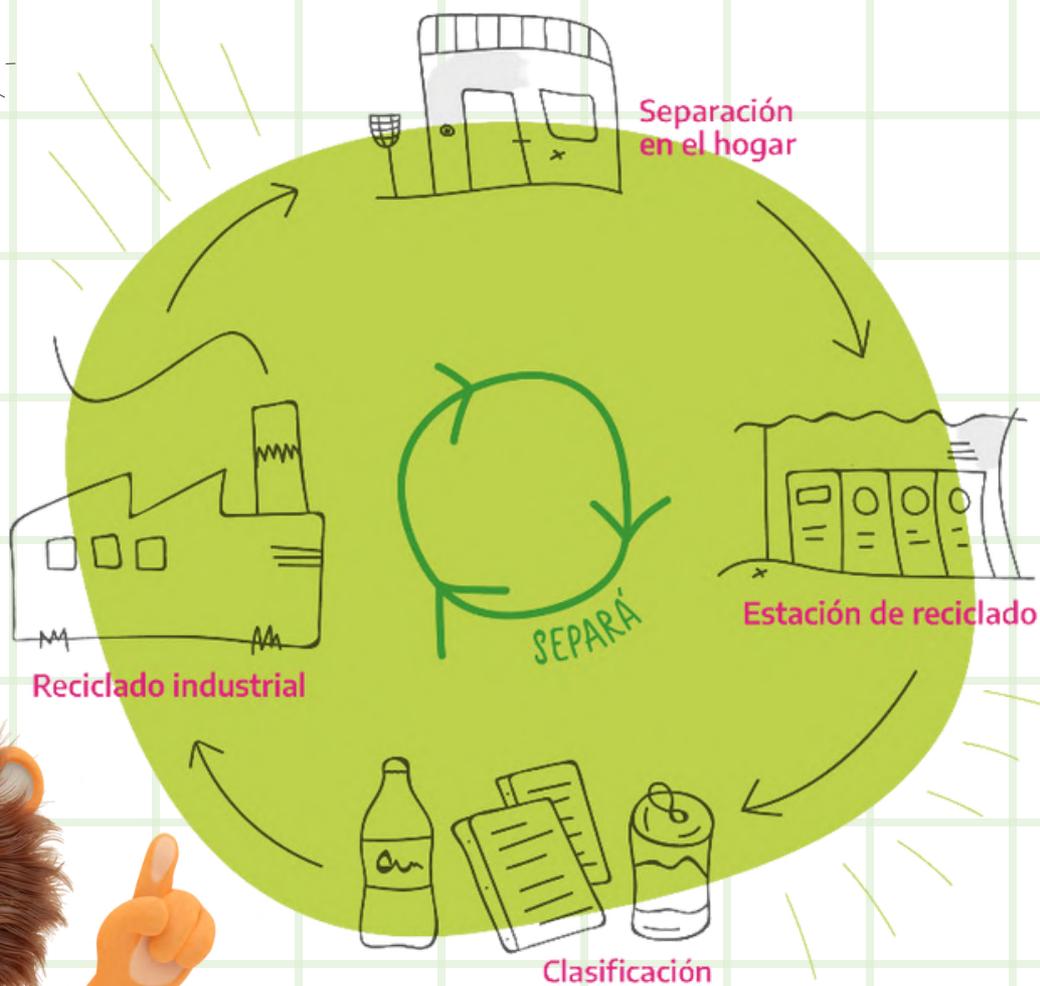
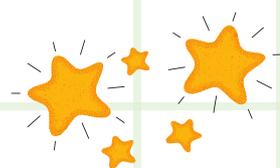
Recuperar:

Tu último superpoder es 'Recuperar'.

¡El pote de plástico de las tiras reactivas, podés utilizarlo para guardar botones o tornillos! De esa forma ayudás a mantener tu casa ordenada y nuestro planeta más limpio! 😊

LENNY CUI.D.AR
te enseñan a cuidar el planeta

CIRCUITO residuos reciclables



¡El circuito del reciclaje es como una aventura para tus insumos de la diabetes!
Comienza cuando en tu casa los separas en diferentes cajas. Después llevas esas cajas a un lugar donde las reciben. En ese lugar, las clasifican y envían a fábricas especiales. En esas fábricas, transforman esos residuos que vos separaste en cosas nuevas. Después, esas cosas nuevas llegan otra vez a tu casa para que las uses de nuevo.
¡Es como un recorrido mágico en el que las cosas usadas se convierten otra vez en cosas nuevas!

LENNY CUI.D.AR
te enseñan a cuidar el planeta

SEPARARÁ

tus residuos reciclables



¡Tenemos una super misión para vos!
Separar todos tus Residuos Reciclables.
Suena a algo de superhéroes ¿verdad?
¡Y lo es! ¡Porque estás ayudando a salvar nuestro planeta!
¡Separar correctamente tus residuos reciclables es tu poder secreto!

ENTREGALOS LIMPIOS Y SECOS



- diarios
- revistas
- cartulinas
- cajas
- sobres
- papeles
- envases
- tetra brik®
- etc.



- botellas
- frascos
- envases
- vidrio transparente o de color
- etc.
- que no estén rotos



- latas
- envases de aluminio
- hierro
- bronce
- acero
- metales ferrosos
- desodorantes en aerosol
- tapas de frascos



- botellas
- tapitas
- bolsas
- bandejas
- sachets
- potes
- bidones
- envases
- etc.

¡APRENDÉ A RECICLAR CON LOS COLORES MÁGICOS!

Los colores en el reciclaje son muy, muy importantes.
Nos ayudan a saber qué tipo de residuo va en cada contenedor.



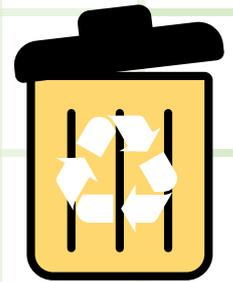
SECOS VALORIZABLES



BASURA



ORGÁNICOS



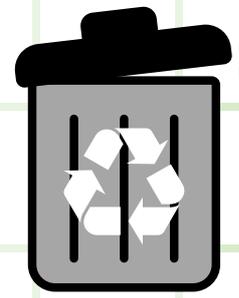
PLÁSTICOS



PAPEL Y CARTÓN



VIDRIO



METALES



¡IMPORTANTE!

El material desechable que utilizás,
como agujas, lancetas, etc.
se considera material
cortopunzante y debe colocarse
en un recipiente adecuado para su
eliminación segura, siguiendo
las regulaciones de la jurisdicción
donde vivís.



Material Desarrollado por CUI.D.AR con el apoyo de MEDTRONIC

SECOS VALORIZABLES
son los que pueden ser recuperados, total o parcialmente, para transformarlos en nuevos materiales. Ejemplo:
Papel, cartón, bolsas;
vidrio (botellas y frascos);
plásticos (tapas, envases);
metales (latas, conservas);
textiles (ropa, trapos);
madera (palos, tablas, cajas).

SECOS VALORIZABLES



Material Desarrollado por CUI.D.AR con el apoyo de MEDTRONIC

Los colores de los contenedores son para reciclar cosas diferentes. Los colores pueden variar según el lugar donde vivis.
Recordá siempre seguir las reglas de reciclaje de tu área (fuente código unificado: IF-2022-116415878)

LENNY CUI.D.AR

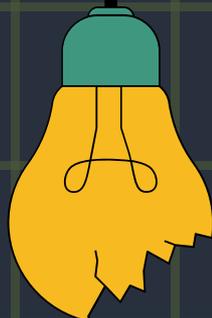
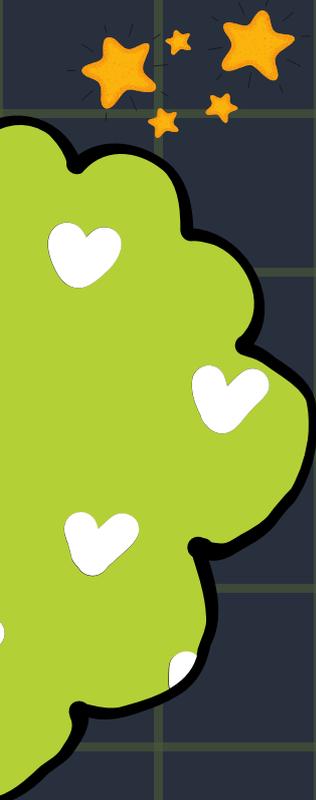
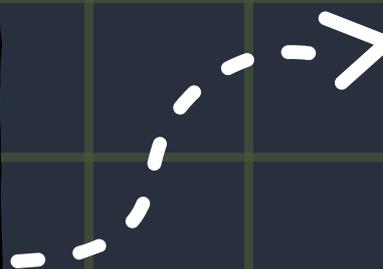
te enseñan a cuidar el planeta

BASURA

Residuos que deben ser llevados a disposición final. Material de barrido, papeles y cartones sucios; cerámicas; vidrios rotos; y toda otra fracción que no se pueda clasificar.



BASURA



Material Desarrollado por CUI.D.AR con el apoyo de MEDTRONIC

Los colores de los contenedores son para reciclar cosas diferentes. Los colores pueden variar según el lugar donde vivis. Recordá siempre seguir las reglas de reciclaje de tu área (fuente código unificado: IF-2022-116415878)

ORGÁNICOS QUÉ INCLUYE:

Restos de alimentos,
cáscaras de frutas, verduras,
cáscara de huevos, yerba, café;
hojas secas, ramas, corchos.

ORGÁNICOS QUÉ NO INCLUYE:

pescado, carne, grasa,
aceite de cocina,
plantas enfermas.



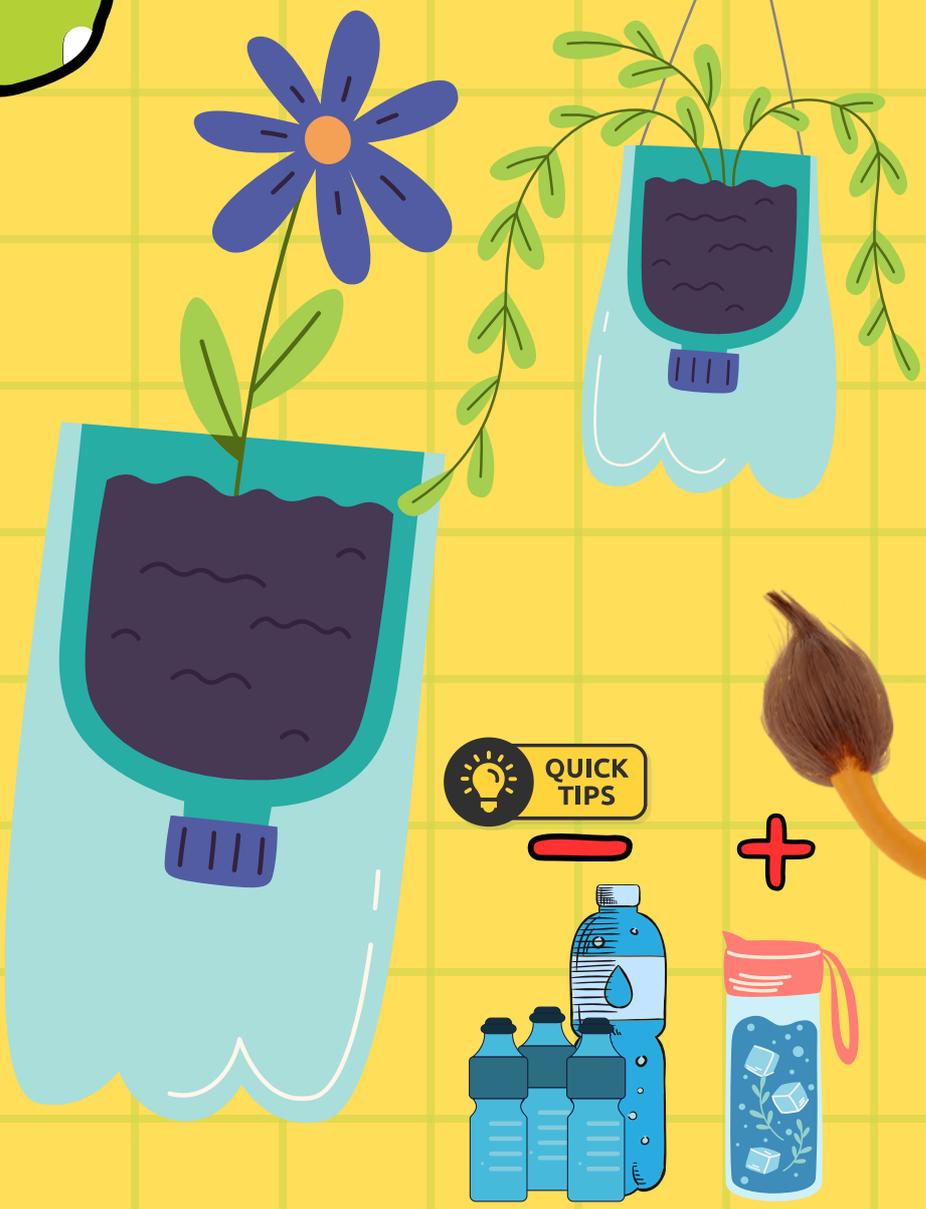
ORGÁNICOS



Material Desarrollado por CUI.D.AR con el apoyo de MEDTRONIC

Los colores de los contenedores son para reciclar cosas diferentes. Los colores pueden variar según el lugar donde vivis.
Recordá siempre seguir las reglas de reciclaje de tu área (fuente código unificado: IF-2022-116415878)

PLÁSTICO:
Botellas de agua, gaseosas, lácteos; envases de alimentos; envases de perfumería, cosmética y limpieza, corchos sintéticos.
Deben estar secos y limpios.



Material Desarrollado por CUI.D.AR con el apoyo de MEDTRONIC

Los colores de los contenedores son para reciclar cosas diferentes. Los colores pueden variar según el lugar donde vivis.
Recordá siempre seguir las reglas de reciclaje de tu área (fuente código unificado: IF-2022-116415878)

Medtronic

Ingeniería para lo extraordinario

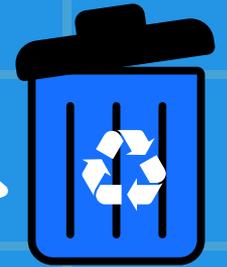
LENNY CUI.D.AR

te enseñan a cuidar el planeta



PAPEL Y CARTÓN:

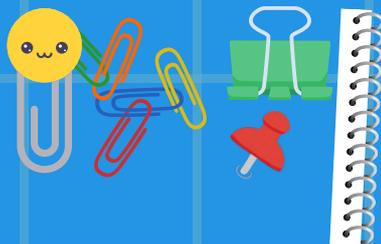
papeles, diarios, revistas, folletos, bolsas de papel, cajas, paquetes de cartón; hueveras; servilletas; libretas y cuadernos. (sin espiral metálico, ni plástico, y sin clips ni broches.



PAPEL Y CARTÓN



NO

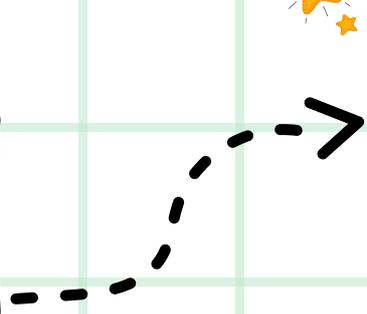


Material Desarrollado por CUI.D.AR con el apoyo de MEDTRONIC

Los colores de los contenedores son para reciclar cosas diferentes. Los colores pueden variar según el lugar donde vivis. Recordá siempre seguir las reglas de reciclaje de tu área (fuente código unificado: IF-2022-116415878)



VIDRIOS:
Recipientes y otros objetos de vidrio.
Botellas, frascos de conserva, envases de vidrio de cosméticos y perfumería.
Sin tapones ni corchos.



VIDRIO



Material Desarrollado por CUI.D.AR con el apoyo de MEDTRONIC

Los colores de los contenedores son para reciclar cosas diferentes. Los colores pueden variar según el lugar donde vivis.
Recordá siempre seguir las reglas de reciclaje de tu área (fuente código unificado: IF-2022-116415878)

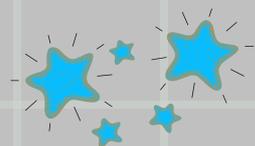
METALES:

Materiales férricos
y no férricos.
Latas y envases de
conservas, bebidas,
o chatarras.

Secos y limpios.



METALES



Material Desarrollado por CUI.D.AR con el apoyo de MEDTRONIC

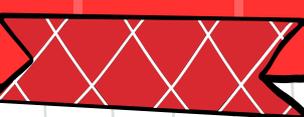
Los colores de los contenedores son para reciclar cosas diferentes. Los colores pueden variar según el lugar donde vivis.
Recordá siempre seguir las reglas de reciclaje de tu área (fuente código unificado: IF-2022-116415878)



CONTENEDOR SEGURO

CONTENEDORES ROJOS:

¡Los contenedores rojos son nuestros amigos! Son como casitas para los insumos que usamos para cuidar nuestra diabetes: agujas, lancetas, jeringas, etc. Cuando ya no los usamos, los ponemos en estos contenedores rojos para que nadie más los toque ni se lastime. Así, estamos seguros y ayudamos a mantener nuestro planeta limpio. Aunque el color rojo no es el color universal para estos residuos, es uno de los más utilizados por todos aquellos que tenemos diabetes.



Contenedor Seguro



LENNY CUI.D.AR
te enseñan a cuidar el planeta

INSUMOS DE LA DIABETES



MONITOREO GLUCOSA

- Medidor de Glucosa en Sangre
- Tiras Reactivas
- Lancetas y Digitopunzor
- Sensores de Glucosa
- Swab alcohol/Algodón



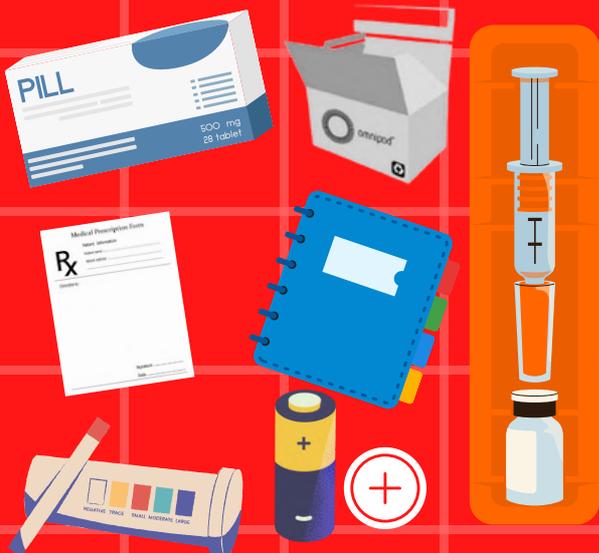
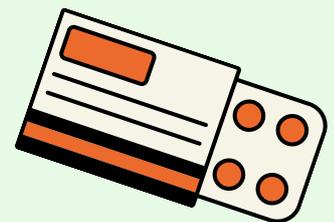
ADMINISTRACION INSULINA

- Insulina
- Lapicera de insulina
- Jeringa
- Bomba de insulina
- Reservorios y catéteres
- Agujas para Lapiceras de insulina
- Contenedor para Agujas y Jeringas



OTROS SUMINISTROS

- Medicamentos Orales
- Glucagón
- Tiras de cetonas
- Receta Médica
- Diarios de Registros
- Cajas de los diferentes Insumos



LENNY CUI.D.AR te enseñan a cuidar el planeta



¿CÓMO DESCARTAR LOS INSUMOS DE LA DIABETES ?

OBJETOS CORTOPUNZANTES

Los objetos cortopunzantes que utilizamos para cuidar nuestra diabetes son insumos que pueden pinchar, cortar o lastimar la piel de cualquier persona. ¡Tenemos que tener cuidado extra con ellos!

¿Cuáles son los Objetos Cortopunzantes?

- Agujas para lapiceras de insulina
- Jeringas
- Lancetas
- Agujas de los sets de infusión y de los dispositivos de instalación de monitores continuos de glucosa (MCG)



- Es importante descartar con cuidado los objetos cortopunzantes que utilizamos para cuidar nuestra diabetes.
- Recordá no tirarlos a la basura como cualquier otro residuo porque sería peligroso. Tampoco podés reciclarlos.
- Nunca tires las agujas o jeringas en la basura o en el baño. Comprá un "Contenedor de Cortopunzante" en la farmacia.
- Es importante que este contenedor esté en un lugar que los niños no puedan alcanzar y tampoco las mascotas.
- Cada aguja o jeringa se usa solo una vez.
- Nunca, nunca, uses las agujas o jeringas de otra persona.
- Cuando este contenedor esté 3/4 lleno, podés llevarlo al hospital o centro de salud más cercano para que puedan descartarlo junto con sus propios objetos
- Si no conseguís un "Contenedor de Agujas", podés usar un recipiente de plástico duro que tengas en casa.
- Cerralo con cinta y ponele una etiqueta que diga lo que tiene adentro, para que quien lo toque sea muy cuidadoso.
- ¡Seguí cuidando el planeta!

LENNY CUI.D.AR

te enseñan a cuidar el planeta



¿CÓMO DESCARTAR LOS INSUMOS DE LA DIABETES ?

PLÁSTICO

Queremos contarte un secreto muy divertido sobre nuestros insumos para la diabetes. ¿Sabían que algunos de ellos pueden ser reciclados? ¡Así es!

Quando tengas un nuevo insumo, como un set de infusión o un dispositivo de instalación de sensores, mirá bien el empaque. Si ves un símbolo de reciclaje, ¡eso significa que podés reciclarlo! Pero aquí viene la parte emocionante: ¡tenemos que leer atentamente las etiquetas para saber qué partes son reciclables! ¡Es como un juego de detectives!



Buscá el símbolo de reciclaje en el empaque y mirá qué partes pueden ir al contenedor de reciclaje. Por ejemplo, si hay una aguja, ¡esa debe ir al contenedor rojo!

Pero el resto de los insumos de plástico pueden ir al contenedor de reciclaje normal.

También hay algo muy especial que podemos hacer. ¿Viste las tapitas de las agujas? ¡Esas también se pueden reciclar! Podés juntarlas en una botella y luego llevarlas a un centro de reciclaje. ¡Es como hacer una colección de tapitas reciclables!

También podés reciclar los tubos de tiras reactivas. En la cara interior de la tapa, vas a ver un número 7 dentro del triángulo de reciclaje y la inscripción "OTHER".

Esto indica que se puede reciclar de alguna manera. Los plásticos de esta categoría (7 - OTHER) son difíciles de reciclar, pero una vez reciclados, se pueden convertir en botellas de agua, DVD, lentes de sol y otros elementos.

Recordá que cada Jurisdicción puede tener diferentes reglas de reciclaje, así que siempre preguntale a un adulto para que te ayude. ¡Serás un súperhéroe del reciclaje!

LENNY CUI.D.AR te enseñan a cuidar el planeta



¿CÓMO DESCARTAR LOS INSUMOS DE LA DIABETES ?

BASURA

Queremos contarte cuáles son los materiales no reciclables que podés tirar a la basura. ¡Te compartimos también un TIP para reducir los residuos que generamos por la diabetes!

TIP: Usá hisopos con alcohol solo cuando sea necesario. Fuera de los hospitales, no es necesario desinfectar la piel con alcohol antes de inyectarse la insulina o pincharte los dedos, basta lavarse las manos con agua y jabón. Sin embargo, al colocarte un sensor o catéter, tenés que desinfectarte la piel con alcohol porque el dispositivo permanecerá colocado durante varios días.



Queremos contarte cuáles son los materiales no reciclables que podés tirar a la basura:

- Tiras reactivas para análisis de sangre y Tiras reactivas para análisis de cetonas. Aunque es segura su eliminación en la basura común, te aconsejamos manipular las tiras usadas de la misma forma que lo hacés con las jeringas y lancetas.
- Toallitas con alcohol, gasas, algodón.
- Parches o cubiertas decorativos para MCG y microinfusoras de insulina.
- Soluciones de control.
- Bolsas isotérmicas para transporte de la insulina.
- Lapiceras de insulina usadas (sin la aguja colocada y sin insulina).
- Frascos de insulina usados (sin la aguja colocada y sin insulina).
- Medicamentos que ya no tomás o que están vencidos. Siempre que deseches lapiceras, frascos y medicamentos, cubrí el producto con arena de gato o café molido para que tengan un aroma poco agradable.

Medtronic

Ingeniería para lo extraordinario

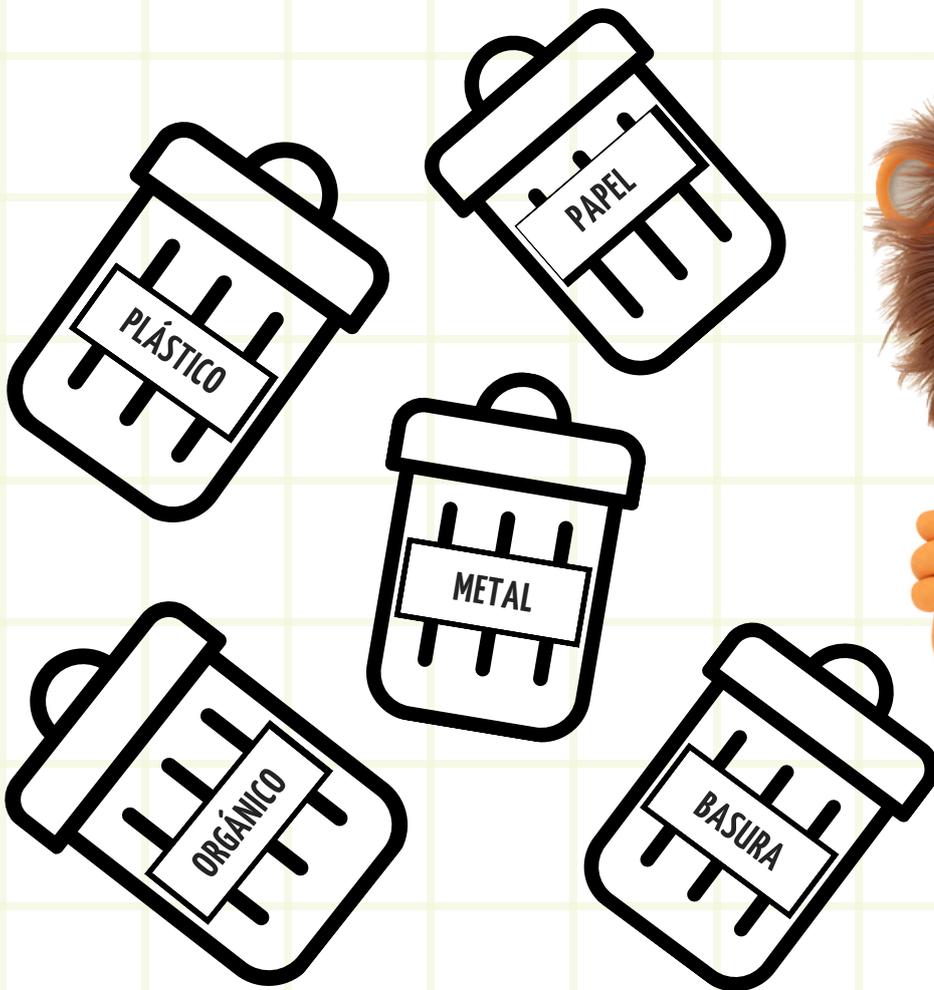


LENNY CUI.D.AR

te enseñan a cuidar el planeta

¡PINTEMOS!

¡Pintá cada contenedor del color que le corresponde según los residuos que separes!



#CuidarYLennyAmigosDelPlaneta