

WHAT IS DSMES?

Diabetes is a complex disease that requires continuous medical care. Diabetes self-management education and support (DSMES) is a service that helps individuals and families prevent short-term and long-term complications.

Mountainlands offers DSMES visits with one of the Health Education Nurses. During your visits, the nurse will answer any questions about your diabetes care and work with you to create health goals.

RESOURCES FOR INDIVIDUALS AND FAMILIES



American
Diabetes
Association®

<https://diabetes.org/about-diabetes>



Diabetes
Food Hub®

<https://diabetesfoodhub.org/>



NovoCare®
Education + Resources
DIABETES



<https://diabeteseducation.novocare.com/>



Mountainlands
Family Health Center



Mountainlands
Family Health Center

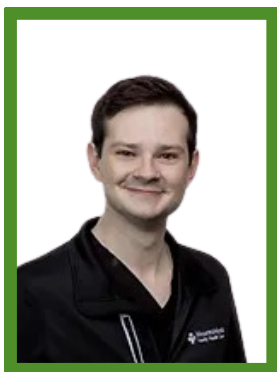
DIABETES

SELF-MANAGEMENT EDUCATION
AND SUPPORT (DSMES)



FOR ANY QUESTIONS, OR FOR
MORE INFORMATION, PLEASE
CALL US AT (801) 429-2000

HEALTH EDUCATION NURSES



ARIEL TITA
RN, CDCES



TANNER DAVIDSON
MSN, RN

**TO SCHEDULE YOUR VISIT
WITH THE NURSE, SEE
OUR FRONT DESK STAFF
OR CALL 801-429-2000**

DSMES APPOINTMENT:

WITH: _____

DATE: _____ **TIME:** _____

WHAT WILL I LEARN?

Mountainlands' DSMES Service follows ADCES7 Self-Care Behaviors®. During your visits, you will learn more about:



HEALTHY COPING



HEALTHY EATING



BEING ACTIVE



MEDICATIONS



MONITORING



REDUCING RISKS



PROBLEM-SOLVING

ADCES Diabetes Education Accreditation Program (DEAP) certifies that Mountainlands Community Health Center DSMES Service is accredited from 02/20/2025 to 02/19/2029 (ID#954030). The education and training for self-management are performed by a qualified, non-physician health care professional using a standardized curriculum.

Did you know Diabetes Self-Management Training (DSMT) is a Medicare benefit? If you have questions about coverage, please contact your insurance provider for more information. You may also qualify for Mountainlands' sliding-fee discount.



¿QUÉ ES DSMES?

La diabetes es una enfermedad compleja que requiere atención médica continua. La educación y apoyo para el autocontrol de la diabetes (DSMES) es un servicio que ayuda a las personas y las familias a prevenir complicaciones a corto y largo plazo

Mountainlands ofrece visitas de DSMES con uno de los enfermeros de educación para la salud. Durante sus visitas, el enfermero responderá cualquier pregunta sobre el cuidado de su diabetes y trabajará con usted para establecer objetivos de salud.

RECURSOS PARA INDIVIDUOS Y FAMILIAS



<https://diabetes.org/es/sobre-la-diabetes>



<https://diabetesfoodhub.org/es>



<https://espanol-diabeteseducation.novocare.com/>



PARA CUALQUIER PREGUNTA O
PARA OBTENER MÁS
INFORMACIÓN, LLÁMENOS AL
(801) 429-2000

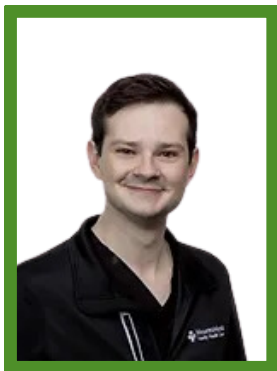


LA DIABETES

La educación y apoyo para el
autocontrol de la diabetes
(DSMES)



ENFERMEROS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD



ARIEL TITA
RN, CDCES



TANNER DAVIDSON
MSN, RN

**PARA PROGRAMAR SU VISITA CON
EL ENFERMERO, CONSULTE A
NUESTRO PERSONAL DE
RECEPCIÓN O LLAME AL
801-429-2000**

DSMES APPOINTMENT:

WITH: _____

DATE: _____ **TIME:** _____

¿Qué aprenderé?

El servicio DSMES de Mountainlands sigue los ADCES7 Self-Care Behaviors® (comportamientos de autocuidado). Durante sus visitas, aprenderá más sobre:



**AFRONTAMIENTO
SALUDABLE**



**ALIMENTACIÓN
SALUDABLE**



EJERCICIO



MEDICAMENTOS



EI MONITOREO



**REDUCCIÓN DE
RIESGOS**



**RESOLUCIÓN DE
PROBLEMAS**

El Programa de Acreditación de Educación en Diabetes (DEAP) certifica que el Servicio DSMES de Mountainlands Community Health Center está acreditado del 02/20/2025 al 02/19/2029 (ID#954030). La educación y la capacitación para la autogestión son impartidas por un profesional de la salud calificado, no médico, que utiliza un plan de estudios estandarizado

¿Sabía que la capacitación para el autocontrol de la diabetes (DSMT) es un beneficio de Medicare? Si tiene preguntas sobre la cobertura, comuníquese con su proveedor de seguros para obtener más información. También puede calificar para la escala de descuentos de Mountainlands.

