

## PRIMEIRO IMPRIMA

1. Imprima as duas próximas páginas (cartões do bingo) em papel de alta gramatura e corte-as nas linhas pontilhadas
2. Imprima as páginas 4 e 5 ("pedras" do bingo) em papel de cartão de visita

## DEPOIS JOGUE

Escolha um jogador para "cantar o jogo"

O "cantador" mistura as cartas com as "pedras" do bingo e escolhe uma por vez.

Dependendo da idade dos jogadores o "cantador" pode:

- perguntar a questão da carta,
- falar o nome do objeto ou
- mostrar a figura.

Os demais jogadores escolhem uma cartela do "DiaBingo"; assim como no bingo normal, o jogador deve cobrir no seu cartão o espaço que corresponde à "pedra" que for "cantada".

(use fichas de poker ou grãos de feijão ou milho para cobrir o cartão)

Três em uma linha? Grite **DIABINGO!**

Ou só ganha quem cobrir todo o cartão. Divirta-se!

# DIABINGO

Um bingo ilustrado para entender o diabetes

DIABINGO® 2005 [www.grandmasandy.com](http://www.grandmasandy.com).

 <p>INSULINA, DIETA e EXERCÍCIOS</p>	 <p>AMIGOS</p>	 <p>CARBOIDRATOS</p>
 <p>uma AGENDA ou BLOCO DE ANOTAÇÕES</p>	 <p>um BRACELETE MÉDICO DE IDENTIFICAÇÃO</p>	 <p>EXAME DE SANGUE</p>
 <p>o RÓTULO</p>	 <p>uma SERINGA, CANETA ou BOMBA</p>	 <p>um RESFRIADO</p>

Os jogadores devem cobrir as figuras que correspondem à carta chamada  
Três em uma linha? Grite  
**DIABINGO!**

# DIABINGO

Um bingo ilustrado para entender o diabetes

DIABINGO® 2005 [www.grandmasandy.com](http://www.grandmasandy.com).

	 <p>LANCETAS</p>	 <p>uma CALCULADORA</p>
 <p>ALIMENTOS DE ENERGIA RÁPIDA</p>	 <p>um GLICOSÍMETRO ou MONITOR DE GLICOSE</p>	 <p>EXERCÍCIOS</p>
 <p>uma ÁRVORE DE ALIMENTOS</p>	 <p>EXAME DE SANGUE</p>	 <p>uma BALANÇA DE ALIMENTOS</p>

Os jogadores devem cobrir as figuras que correspondem à carta chamada  
Três em uma linha? Grite  
**DIABINGO!**

# DIABINGO

Um bingo ilustrado para entender o diabetes

DIABINGO® 2005 [www.grandmasandy.com](http://www.grandmasandy.com).

	 o PÂNCREAS	 BALANÇA DE ALIMENTOS
 RÓTULO	 FITAS DE TESTE	 INSULINA, DIETA e EXERCÍCIOS
 INSULINA	 CARBOIDRATOS	 ALIMENTOS DE ENERGIA RÁPIDA

Os jogadores devem cobrir as figuras que correspondem à carta chamada  
Três em uma linha? Grite  
**DIABINGO!**

# DIABINGO

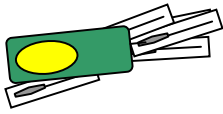
Um bingo ilustrado para entender o diabetes

DIABINGO® 2005 [www.grandmasandy.com](http://www.grandmasandy.com).

 um BRACELETE MÉDICO DE IDENTIFICAÇÃO	 um RESFRIADO	 uma AGENDA ou BLOCO DE ANOTAÇÕES
 LANCETAS	 um GLICOSÍMETRO ou MONITOR DE GLICOSE	 EXERCÍCIOS
 AMIGOS	 uma ÁRVORE DE ALIMENTOS	 uma CALCULADORA

Os jogadores devem cobrir as figuras que correspondem à carta chamada  
Três em uma linha? Grite  
**DIABINGO!**

O que é usado para furar os dedos para o exame do sangue?



LANCETAS

O que você deve colocar no glicosímetro para o exame do sangue?



FITAS DE TESTE

Que tipo de comida você deve contar para ajudá-lo a ficar "equilibrado"?



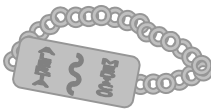
CARBOIDRATOS

Que instrumento ajuda a calcular a dose correta de insulina?

uma  
CALCULADORA

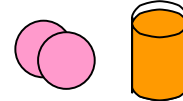


O que você deve usar para que as pessoas saibam que você tem diabetes?



um BRACELETE  
MÉDICO DE IDENTIFICAÇÃO

O que você deve ingerir quando a glicose do sangue está baixa?



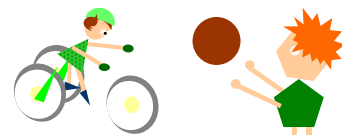
ALIMENTOS DE ENERGIA RÁPIDA

O que precisa ser feito para saber se o açúcar no sangue está "no alvo"?



EXAME DE SANGUE

Cheque a glicemia antes e depois dos...



EXERCÍCIOS

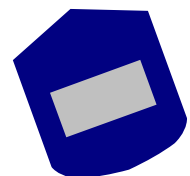
O que você precisa para fazer o controle de sua insulina, dieta e exercício?

uma AGENDA ou  
BLOCO DE ANOTAÇÕES



O que mede o açúcar do sangue?

um GLICOSÍMETRO  
ou MONITOR DE GLICOSE



O que você deve injetar se tiver diabetes tipo 1?



INSULINA

Você não pode "pegar" diabetes - não é como ...



um RESFRIADO

Um instrumento que ajuda a contar carboidratos é ...



uma BALANÇA DE ALIMENTOS

O que você deve ler antes de comer comidas embaladas

Gordura Total 1g	2%,
Carb Totais 33 g	11%,
Fibras 2 g	8%
Açúcar 1 g	
Proteína 7 g	

o RÓTULO

O que pode nos ajudar a escolher os alimentos saudáveis que devemos comer?



uma ÁRVORE DE ALIMENTOS

O que você deve manter em equilíbrio para se manter saudável?



INSULINA, DIETA e EXERCÍCIOS

Que órgão não está trabalhando corretamente quando alguém tem diabetes?



o PÂNCREAS

O diabetes muda o modo como você usa -

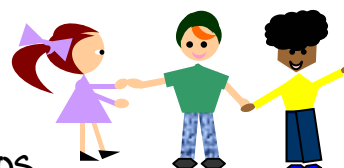


O que é necessário para injetar insulina?



uma SERINGA, CANETA ou BOMBA

Quem pode nos ajudar se souberem mais sobre diabetes?



AMIGOS

## ENCONTRE OS MONITORES

Algumas pessoas o chamam de "ponta de dedo".

Outros o chamam de "medidor de glicose" ou "glicosímetro".

Seja como for seu modo de chamá-lo, ele é a mesma coisa.

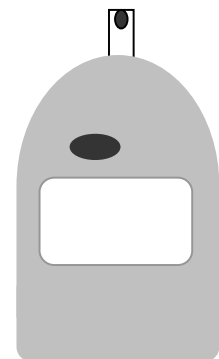
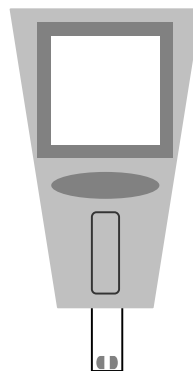
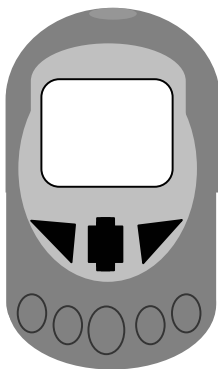
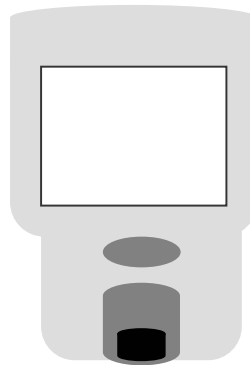
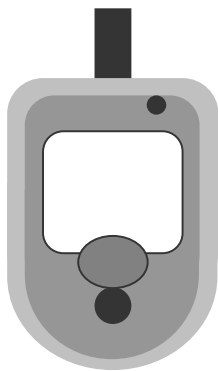
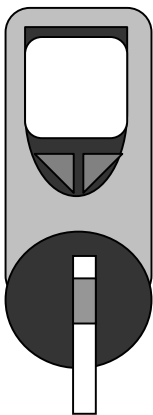
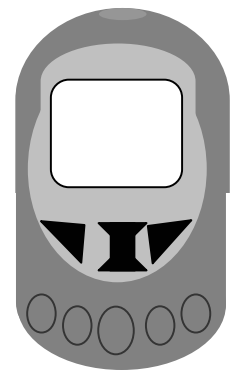
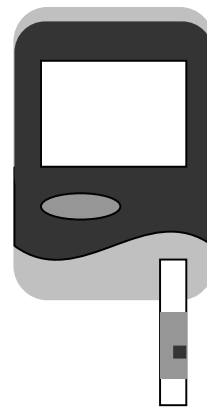
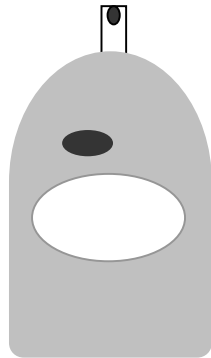
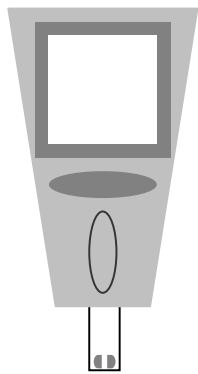
um aparelho que mede o açúcar no sangue.

Existem muitos tipos de monitores de glicose.

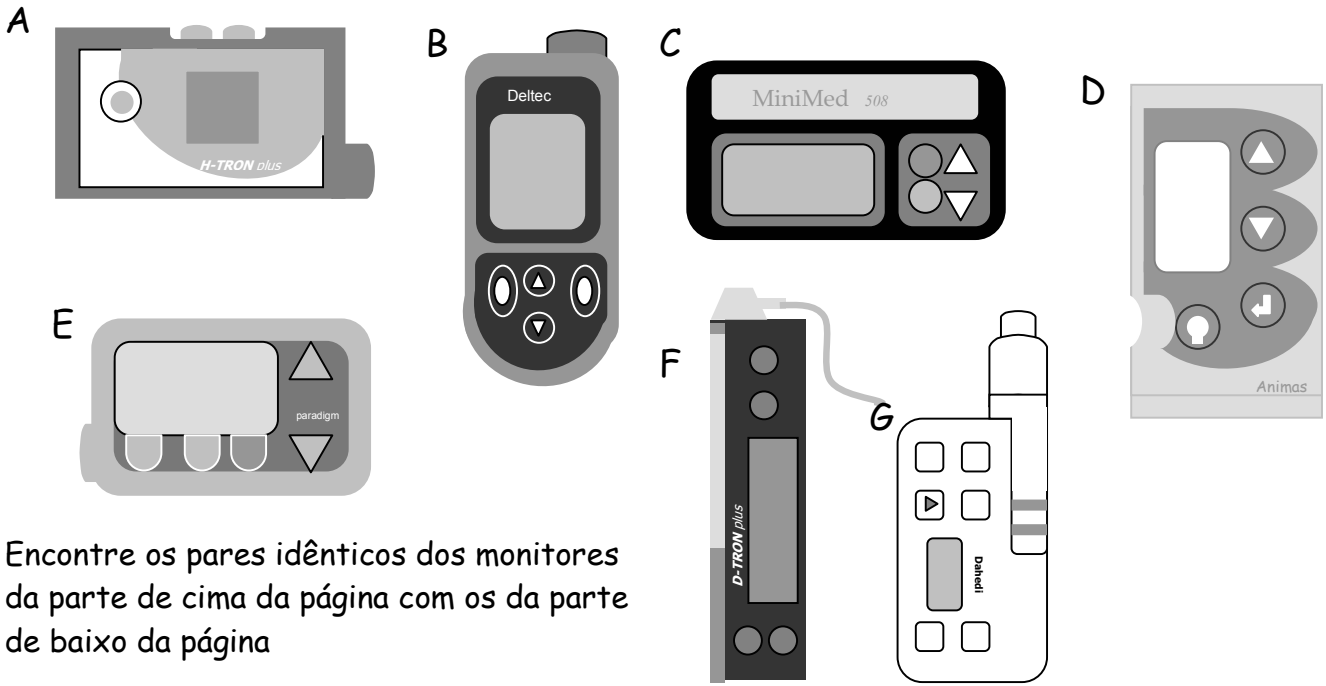
Alguns deles estão desenhados aqui.

*Você pode encontrar dois que são exatamente iguais?*

*Você pode encontrar um que seja parecido com o seu?*



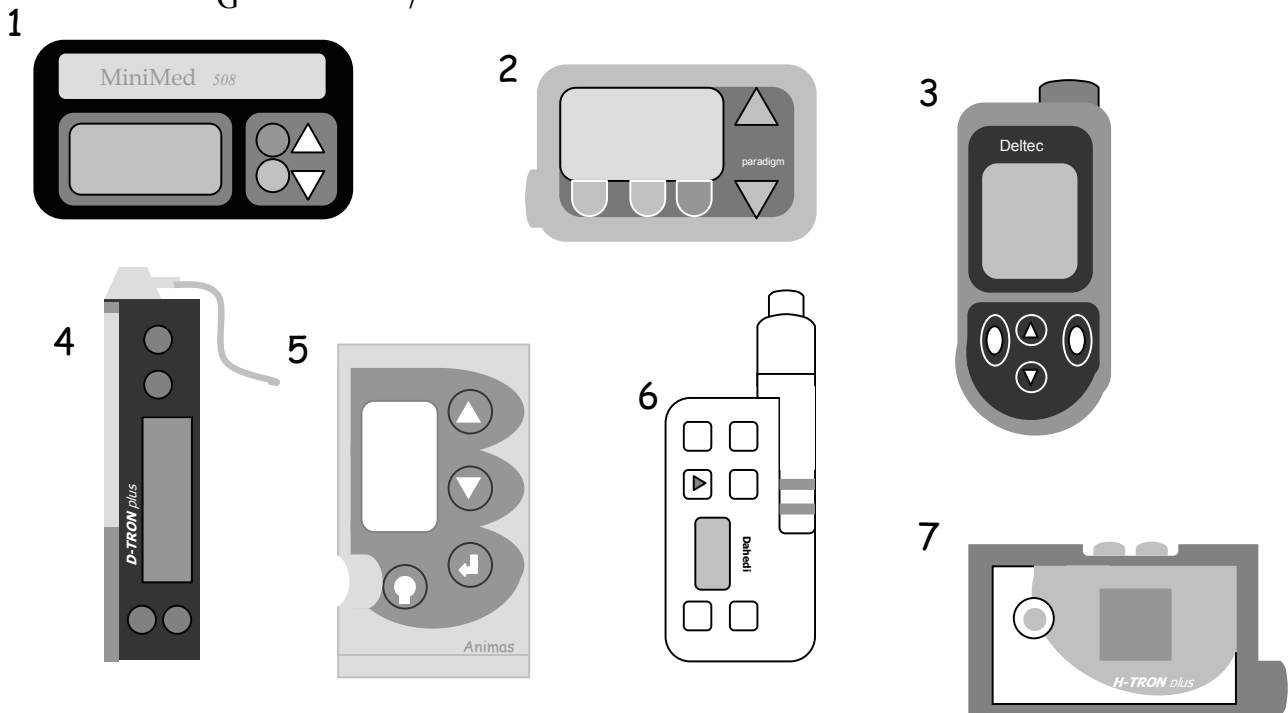
# ENCONTRE OS PARES



Encontre os pares idênticos dos monitores da parte de cima da página com os da parte de baixo da página

- |   |   |
|---|---|
| A | 1 |
| B | 2 |
| C | 3 |
| D | 4 |
| E | 5 |
| F | 6 |
| G | 7 |

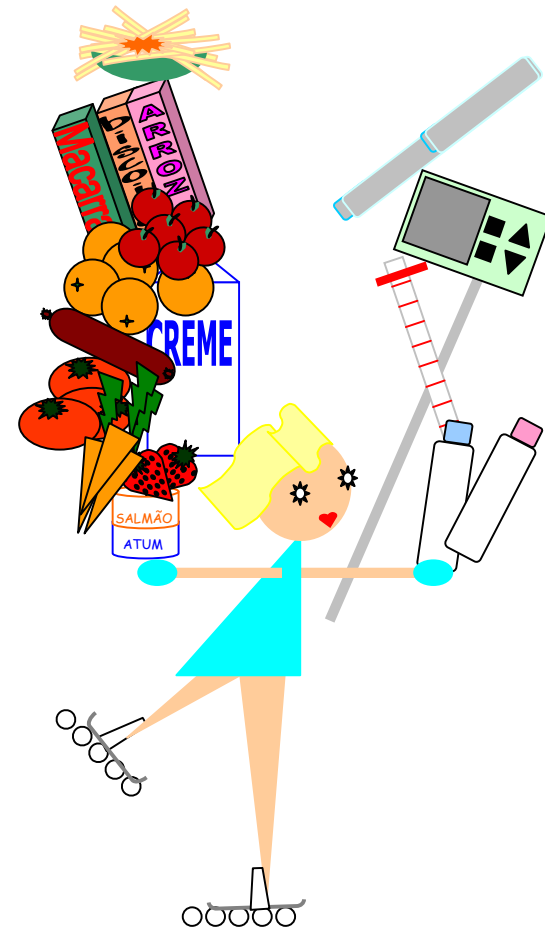
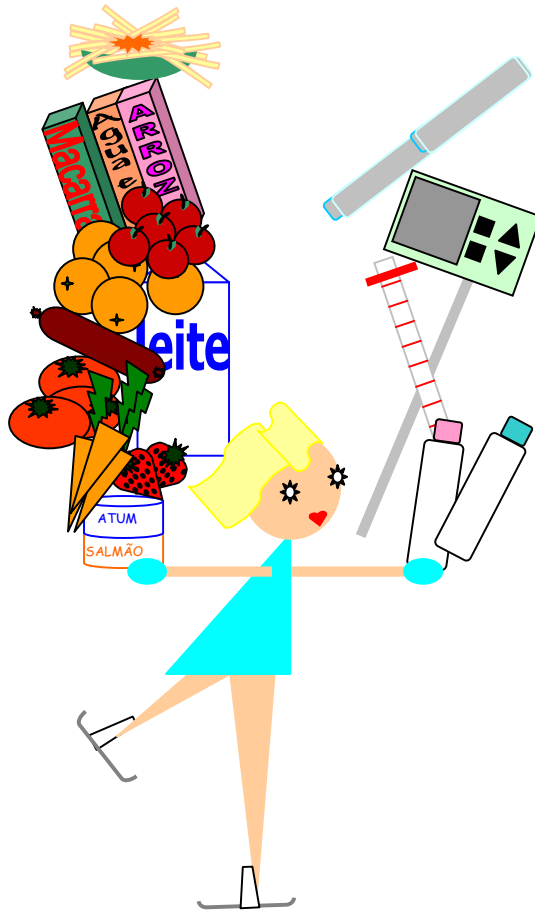
Desenhe uma linha ligando a letra ao número do par correspondente.





## ENCONTRE AS DIFERENÇAS

Você pode encontrar pelo menos 6 coisas que são diferentes nestes desenhos?



**Mantenha o equilíbrio entre seus exercícios, dieta e insulina**

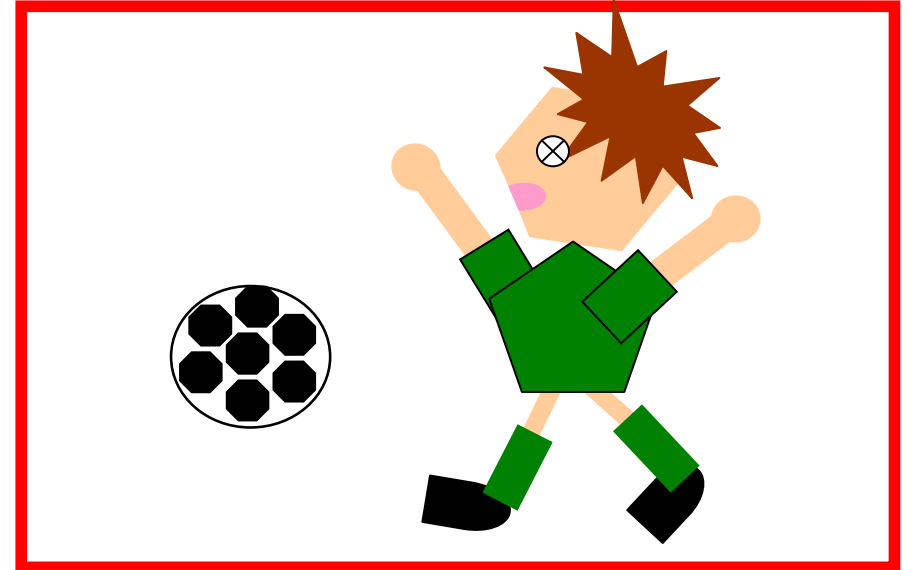
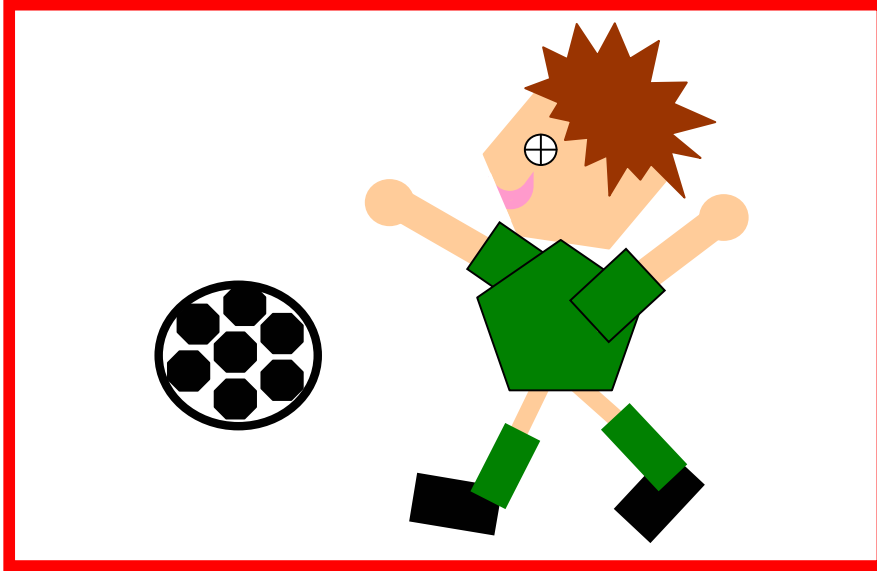
Peixes enlatados, frascos de insulina, pacote de leite, pacote de cereal, pacote de biscoito, patins, tubo da bomba



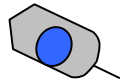
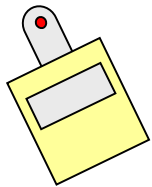


## ENCONTRE AS DIFERENÇAS

Você pode encontrar pelo menos 6 coisas que são diferentes nestes desenhos?



Confira seu açúcar no sangue ANTES de fazer exercícios!



Confira seu açúcar no sangue DEPOIS de fazer exercícios!



## ENCONTRE AS DIFERENÇAS

Você pode encontrar pelo menos 6 coisas que são diferentes nestes desenhos?



A próxima vez que você estiver em uma dieta livre de carboidratos, tente isso:  
Queijo branco magro para o rosto, olhos de ovos cozidos duros, alface picada para os cabelos, um pepino para a boca e por que não pedacinhos de brócolis para os brincos?

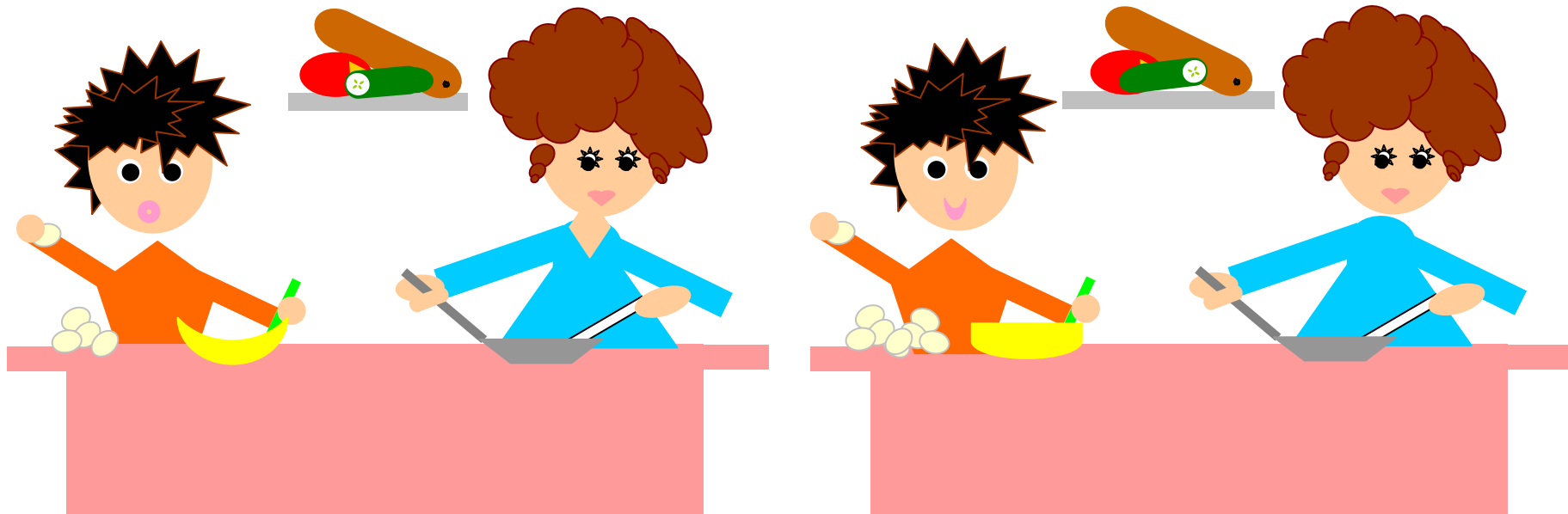
Muita alegria com quase zero de carboidratos

Orelhas de brócolis, olhos, boca de pepino, cabelo de alface, colher, descanso do prato.



## ENCONTRE AS DIFERENÇAS

Você pode encontrar pelo menos 6 coisas que são diferentes nestes desenhos?



**Joãozinho quebra os ovos para mamãe fazer ovos mexidos**

**Por que não juntar queijo ou salame?**

**Coma com fatias de pepino para obter uma saborosa refeição livre de carboidratos**

**E sem preocupações sobre quanta insulina tomar!**

Número de ovos, prateleira mais longa, boca do Joãozinho,  
vestido da mamãe, pepino virado para o outro lado, tigela

## FAÇA PARES - Um jogo de tabuleiro

- Imprima um "tabuleiro de jogo" para cada jogador; pode usar papel comum (as regras também devem estar em cada um dos tabuleiros de jogo).
- Imprima 4 cópias do baralho de cartas em papel de cartão de visita
- Você também vai precisar de uma peça para representar cada jogador (use botões coloridos ou qualquer outro objeto pequeno) e um dado.

**O Baralho** contém três conjuntos de cartas que são lembretes sobre cuidados importantes no diabetes e 4 cartas "coringa".

**Os Conjuntos:** *CONTAGEM DE CARBOIDRATOS:* uma balança, um copo de medida e um livro de contagem de carboidratos.

*EXAME DE SANGUE:* um monitor de glicose, fitas de teste e lancetas.

*EXERCÍCIOS:* nadar, andar de bicicleta e jogar bola.

**Objetivo do jogo:** Junte dois conjuntos diferentes para vencer o jogo - é permitido usar somente uma carta coringa para completar cada conjunto.

**Para começar:** cada jogador põe sua peça na casa "partida" da sua folha de jogo.

Todos os jogadores lançam o dado - o valor mais baixo começa o jogo, que deve continuar no sentido dos ponteiros do relógio - o próximo a jogar é sempre o jogador à esquerda.

Antes de o jogo começar o jogador que tirou o número mais alto no dado dá uma carta para cada jogador e coloca as cartas restantes em uma pilha no centro do tabuleiro.

**Caindo no símbolo:**  - jogue novamente

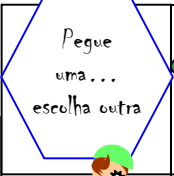
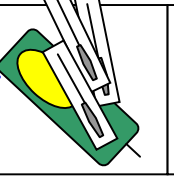

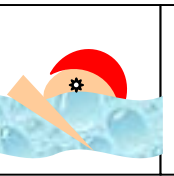
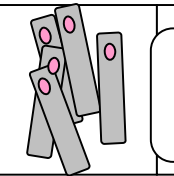
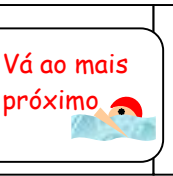
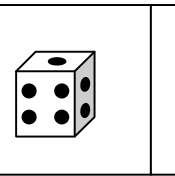
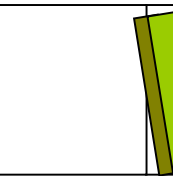
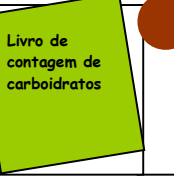
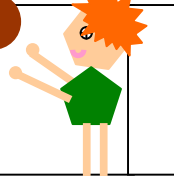
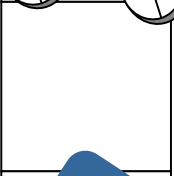
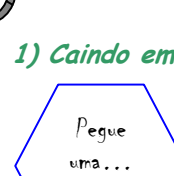
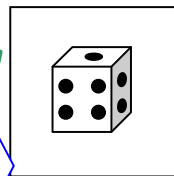
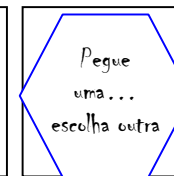
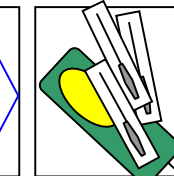
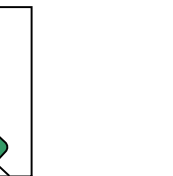
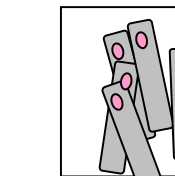
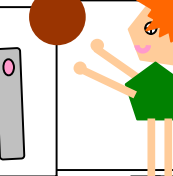
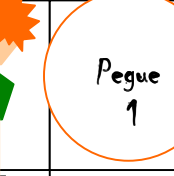

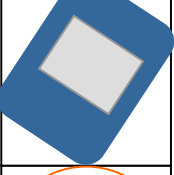


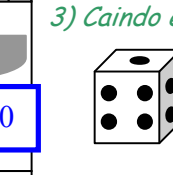
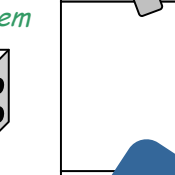
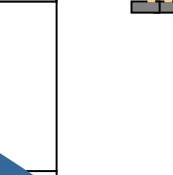
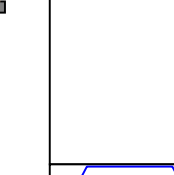
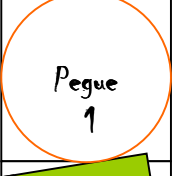
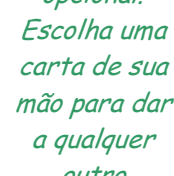

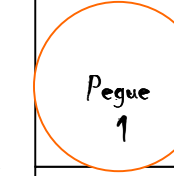
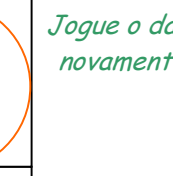

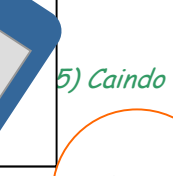
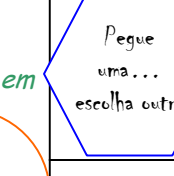
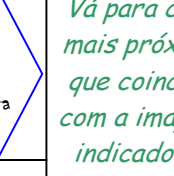
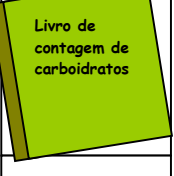
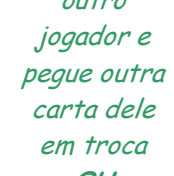
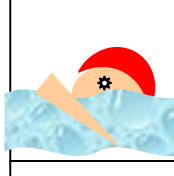
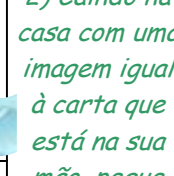
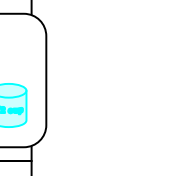
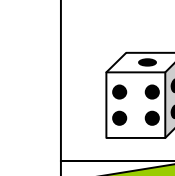
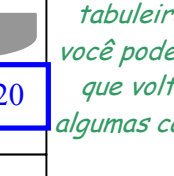
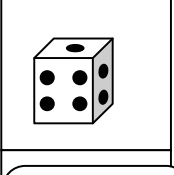
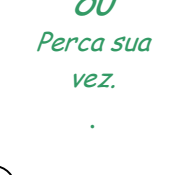
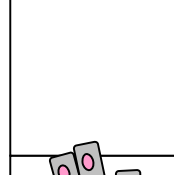
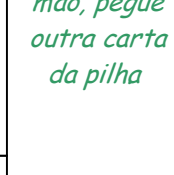
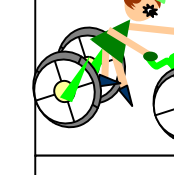
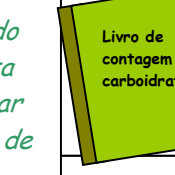

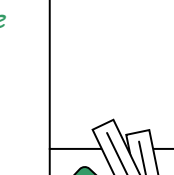
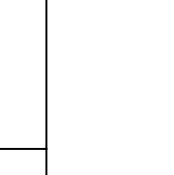

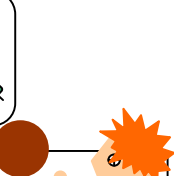
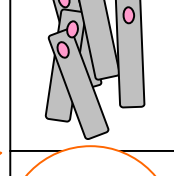
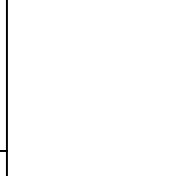
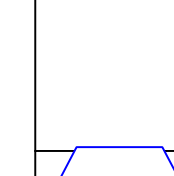
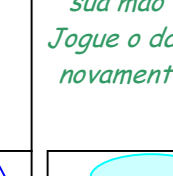
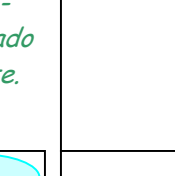
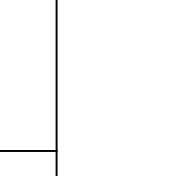
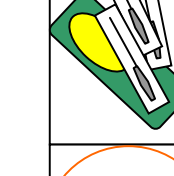

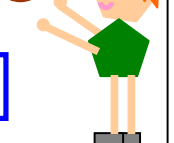


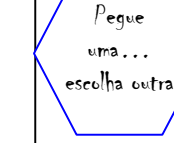
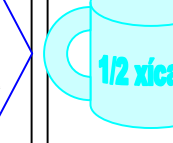
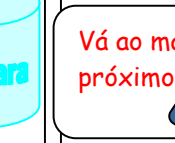
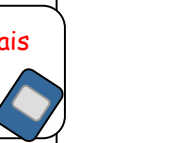
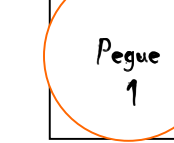
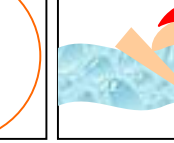
**Em uma casa** que coincida com a carta que o jogador já tem - pegue outra carta

**Pegue 1** - pegue a primeira carta da pilha de cartas

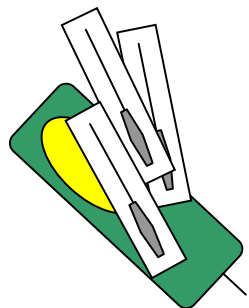
**Dê uma escolha outra** - Este é um movimento opcional; você pode *tanto* escolher uma carta de sua mão e dá-la a outro jogador e escolher outra carta deste jogador em troca **ou** perder a vez. Se você comprar uma carta igual à outra que já tem na mão, seja comprando no baralho ou de outro jogador - jogue novamente - jogue novamente.

**Preparem-se, tomem seus lugares, FAÇAM PARES!!**

Tabuleiro do FAÇA PARES

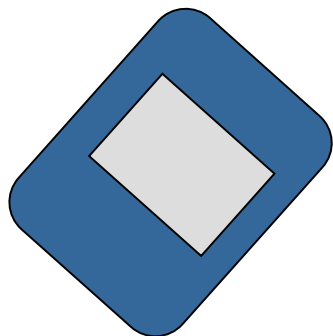
									
<p>Comece a partir do "Início" e continue seguindo as casas do tabuleiro até que um jogador consiga juntar dois conjuntos diferentes de cartas. Sempre que passar pelo "Início" pegue outra carta da pilha central. Mostre qualquer conjunto completo apenas quando passar pelo "Início"</p>									
	<p>1) <i>Caindo em</i></p> 				<p>3) <i>Caindo em</i></p> 			<p>6) <i>Caindo em</i></p> 	
	<p>Este é um movimento opcional. Escolha uma carta de sua mão para dar a qualquer outro jogador e pegue outra carta dele em troca <b>OU</b> Perca sua vez.</p>			<p>15.....20</p>	<p>Jogue o dado novamente.</p> 		<p>5) <i>Caindo em</i></p> 		<p>Vá para casa mais próxima que coincida com a imagem indicado no tabuleiro - você pode ter que voltar algumas casas!</p>
	<p>Vá ao mais próximo</p> 		<p>2) <i>Caindo na casa com uma imagem igual à carta que está na sua mão, pegue outra carta da pilha</i></p>		<p>Vá à mais próxima</p> 				
				<p>4) <i>Pegando uma carta que faz par com outra de sua mão - Jogue o dado novamente.</i></p>			<p>Pegue uma carta da pilha de cartas</p>	<p>15.....20</p>	
	<p>Vá ao mais próximo</p> 				<p>4) <i>Pegando uma carta que faz par com outra de sua mão - Jogue o dado novamente.</i></p>				<p>Vá à mais próxima</p> 
						<p>Vá ao mais próximo</p> 			
<p>15.....20</p>					<p>Vá ao mais próximo</p> 				

EXAME DE SANGUE



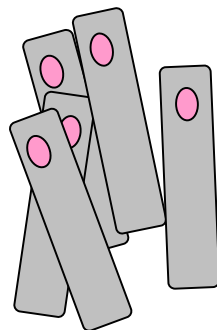
Lancetas

EXAME DE SANGUE



Monitor de glicose

EXAME DE SANGUE



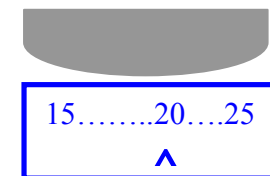
Fitas de teste

CONTAGEM DE CARBOIDRATOS



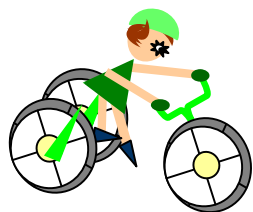
Copo de medida

CONTAGEM DE CARBOIDRATOS



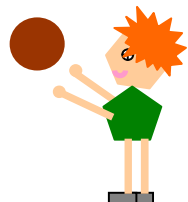
Balança

EXERCÍCIOS



Andar de bicicleta

EXERCÍCIOS



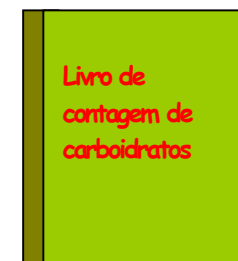
Jogar bola

EXERCÍCIOS



Nadar




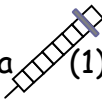






CONTAGEM DE CARBOIDRATOS

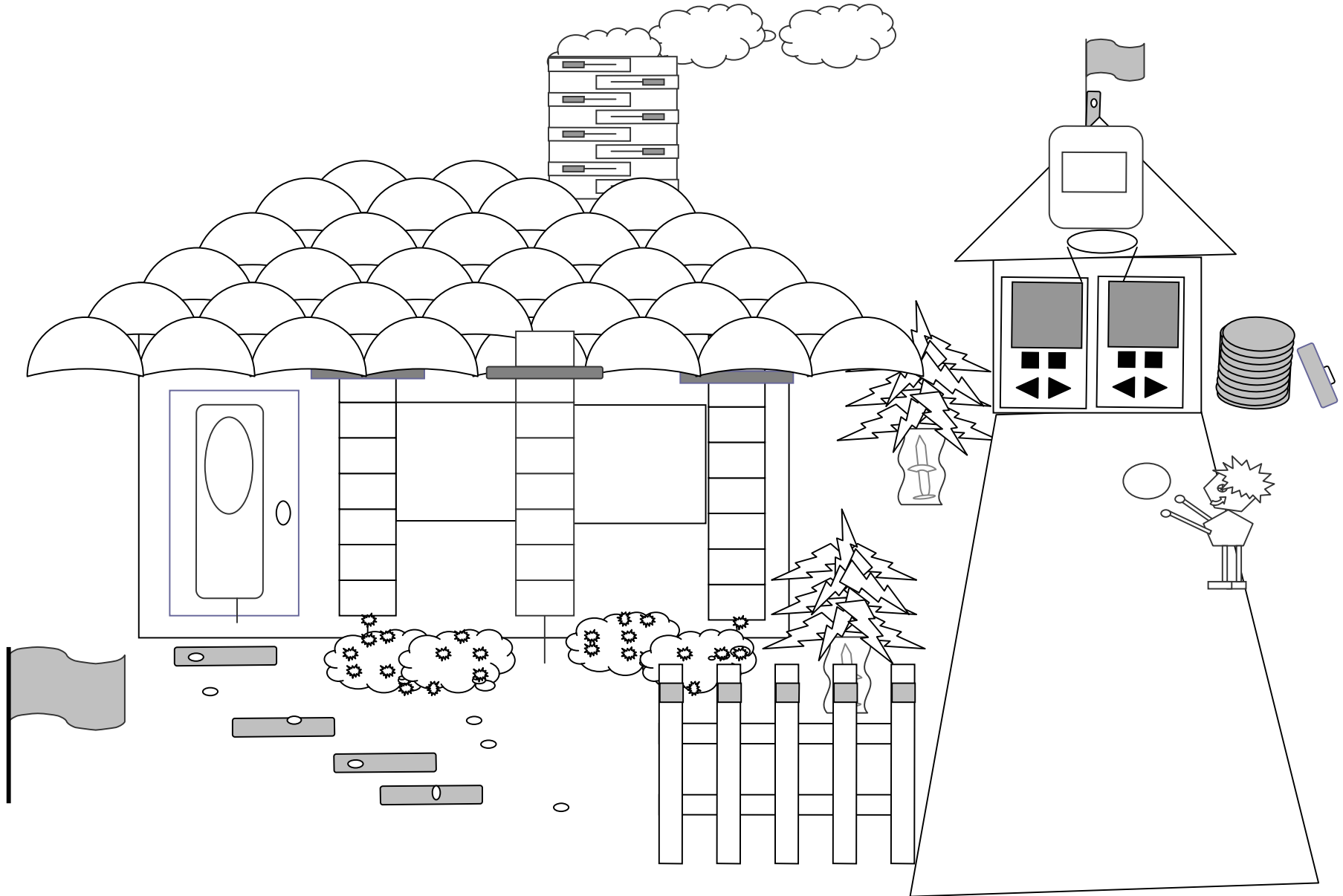


Livro de contagem de carboidratos



# FIGURAS ESCONDIDAS

Encontre os seguintes objetos: lancetador  (1), lancetas  (7), fitas de teste  (2), seringa  (1), glucacon (1),   
tabletes de glicose  (1 pilha), monitor de glicose  (1), tiras de cetona  (5), bomba de insulina  (2)  
e lenços não alcoólicos  (2).



# Regras para um jogo sobre o diabetes tipo 1


## IMPRIMA e PREPARE

1. As três próximas páginas são o tabuleiro do jogo.  
Imprima em papel grosso e depois corte nas linhas pontilhadas.
2. As páginas restantes podem ser impressas em papel de cartão de visitas.
3. O Jogo deve ser guardado em uma pasta. Primeiro coloque as cartas em sacos plásticos, ou junte-as com elásticos de dinheiro.

## ARRUME

1. Distribua as três partes do tabuleiro na forma de um "Y"
2. Coloque as cartas **COMPRAR**, **BÔNUS** e **CASTIGO** no tabuleiro, conforme for indicado.
3. Use os triângulos coloridos como as peças do jogo, ou compre algumas peças em uma loja de variedades.
4. Os jogadores escolhem uma peça do jogo e a colocam em "SEU QUARTO" no círculo de **INÍCIO** da mesma cor

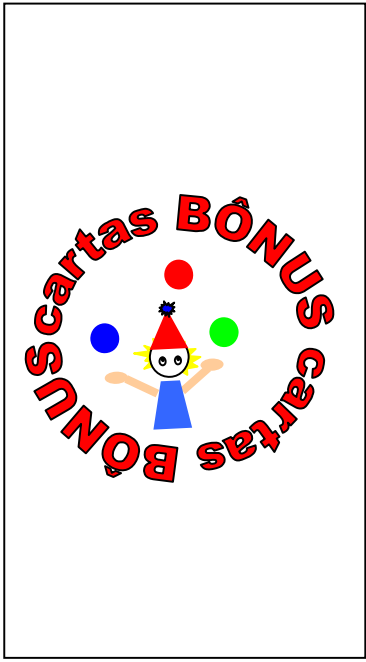
## PARA JOGAR

1. Os jogadores, cada um na sua vez e no sentido do relógio, pegam uma carta **COMPRAR** e se movem de acordo com a recomendação.
2. Recoloque as cartas **COMPRAR** e **CASTIGO**, viradas para baixo, na base da pilha de cartas depois de cada jogada. As cartas **BÔNUS** são guardadas para outra jogada ou para marcar pontos no final do jogo
3. Se um jogador "trombar" com outro ao cair em uma casa já ocupada terá que voltar ao início ou dar uma de suas cartas **BÔNUS** ao jogador que já estava naquele espaço.
4. Esteja atento para acompanhar a direção das flechas que correspondem às peças do jogo
5. O jogo termina quando o jogador chega ao  "EM EQUILÍBRIO"  
(é necessário atingir o número exato)

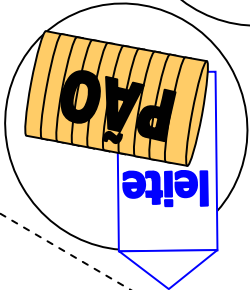
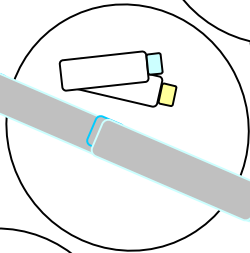
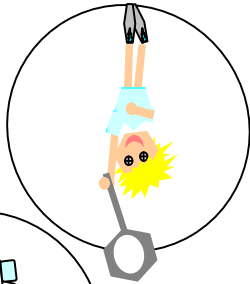
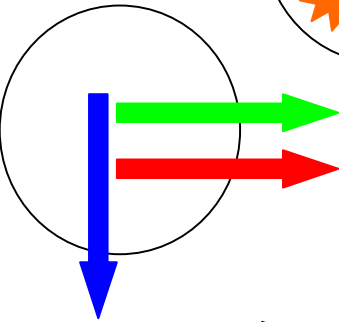
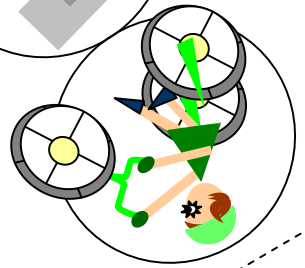
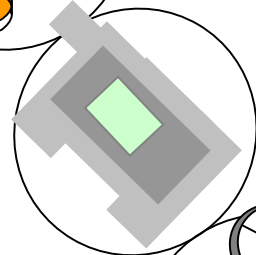
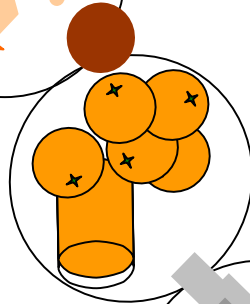
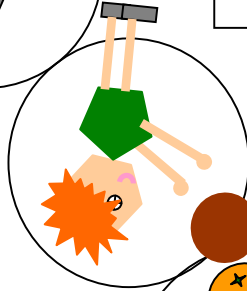
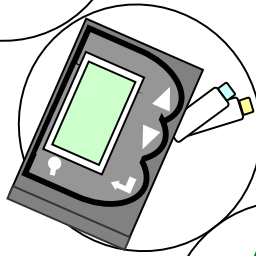
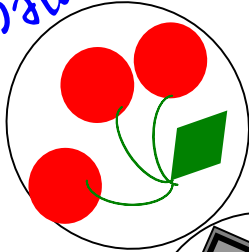
**PONTUAÇÃO:** O jogador que termina o jogo ganha 5 pontos - as cartas **BÔNUS** pontuam conforme a seguir: 1 ponto cada; dois pontos extra para as duplas; 3 pontos extra para três do mesmo tipo; 4 pontos extra para quatro do mesmo tipo e 5 pontos extra para uma de cada tipo.

Antes de começar a jogar, os jogadores devem escolher se jogarão uma ou mais rodadas. Quando o jogo tiver mais de uma rodada, o vencedor será o jogador que tiver o maior total dos pontos somados em todas as rodadas.

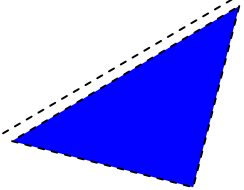
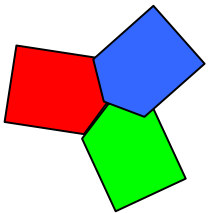




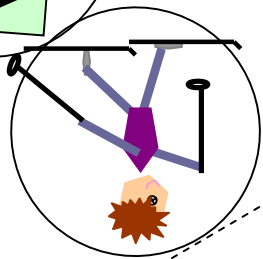
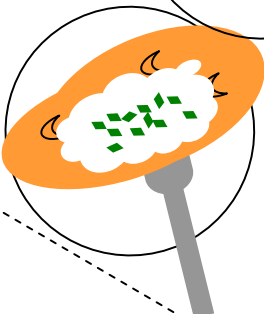
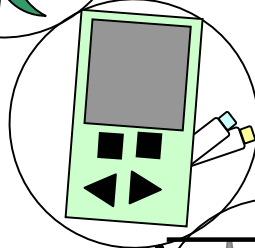
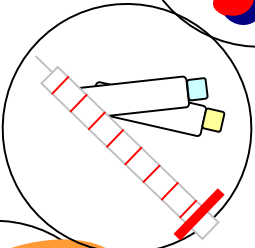
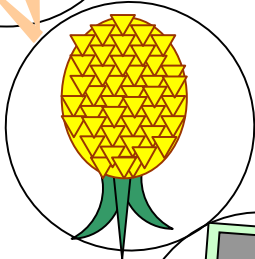
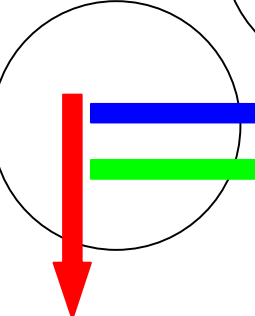
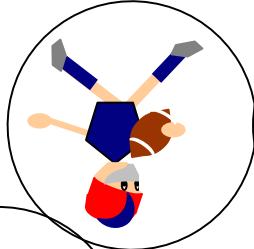
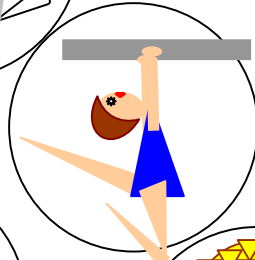
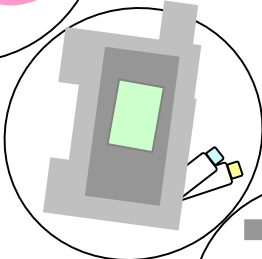
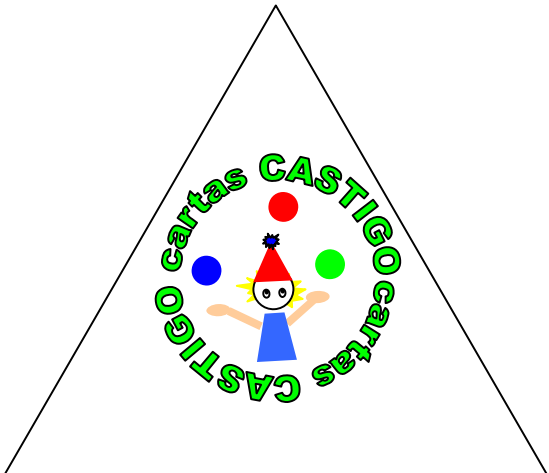
Comear  
quarto



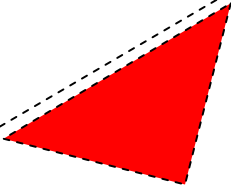
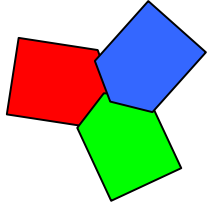
em equilíbrio em equilíbrio em equilíbrio



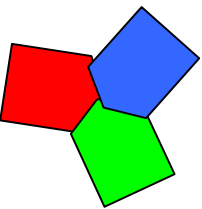
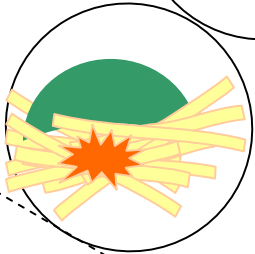
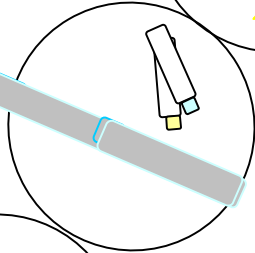
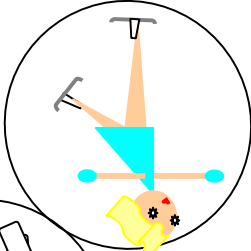
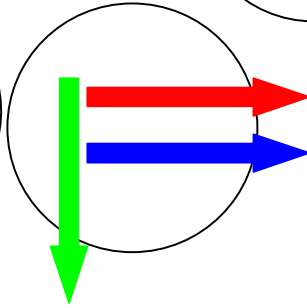
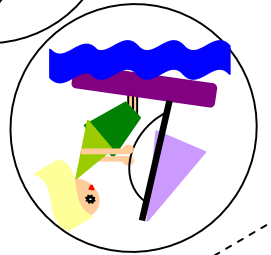
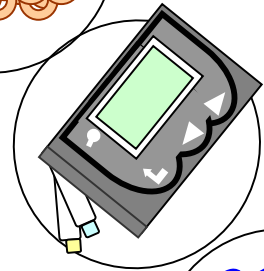
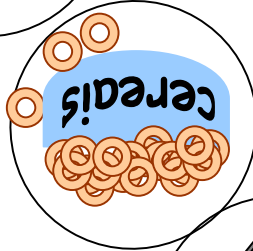
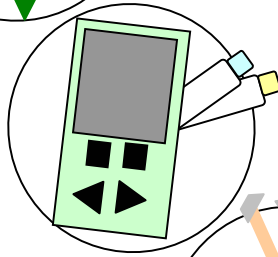
Quando  
Seu  
Começar



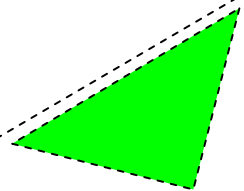
em equilíbrio em equilíbrio em equilíbrio

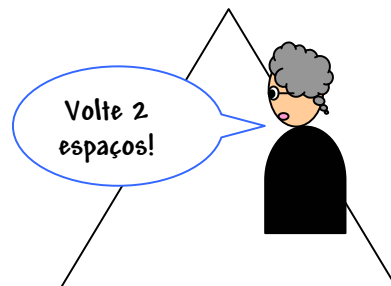
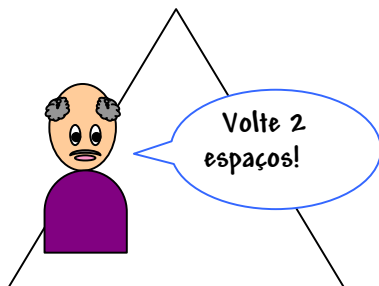
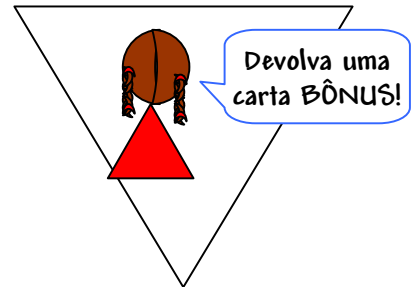
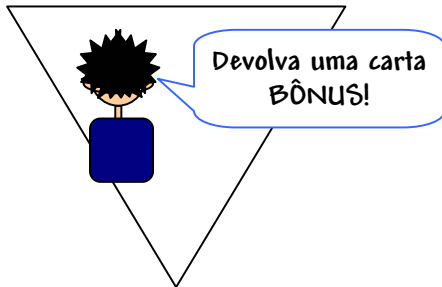
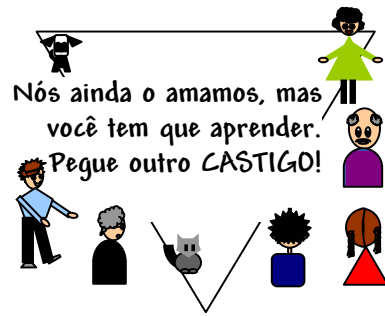
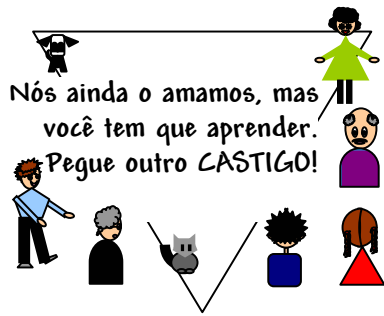


Quando  
Seu  
Comerçar



em equilíbrio em equilíbrio em equilíbrio





## DIETA



Dieta é a comida  
que você ingere.

## DIETA



Dieta é a comida  
que você ingere.

## DIETA



Dieta é a comida  
que você ingere.

## DIETA



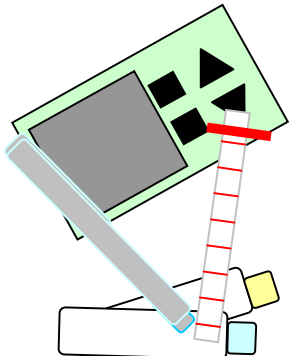
Dieta é a comida  
que você ingere.

## DIETA



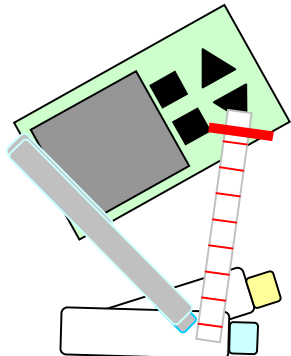
Dieta é a comida  
que você ingere.

## INSULINA



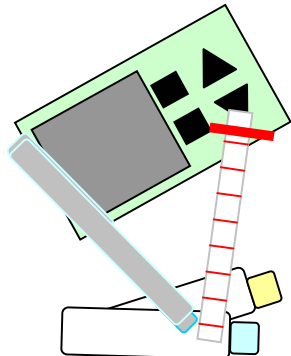
Precisamos de insulina  
para conseguir  
energia.

## INSULINA



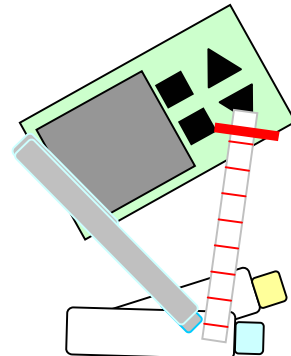
Precisamos de insulina  
para conseguir  
energia.

## INSULINA



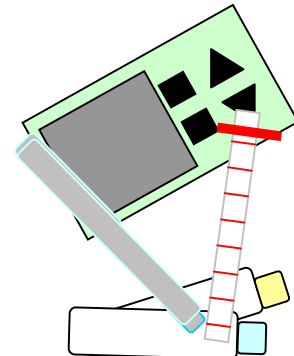
Precisamos de insulina  
para conseguir  
energia.

## INSULINA



Precisamos de insulina  
para conseguir  
energia.

## INSULINA



Precisamos de insulina  
para conseguir  
energia.

## EXERCÍCIOS



São atividades que usam energia.

## EXERCÍCIOS



São atividades que usam energia.

## EXERCÍCIOS



São atividades que usam energia.

## EXERCÍCIOS



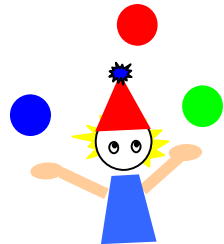
São atividades que usam energia.

## EXERCÍCIOS



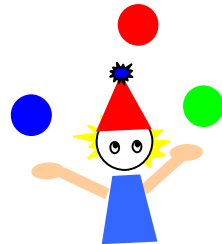
São atividades que usam energia.

## BALANCEAR



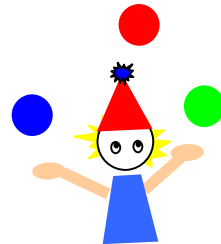
Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

## BALANCEAR



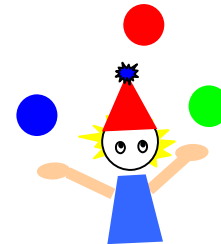
Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

## BALANCEAR



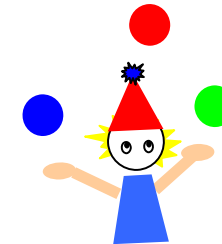
Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

## BALANCEAR



Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

## BALANCEAR



Quando você tem diabetes, deve balancear sua dieta, exercícios e insulina.

Você interrompeu a  
mamãe enquanto ela  
estava no telefone



pegue uma  
carta **CASTIGO**

Você não quis se vestir  
hoje de manhã



pegue uma  
carta **CASTIGO**

Você não guardou  
seus brinquedos



pegue uma  
carta **CASTIGO**

Você não disse  
"obrigado" pelo  
presente



pegue uma  
carta **CASTIGO**

MANTENDO UM  
DIÁRIO DO DIABETES



avance 4 espaços e pegue  
uma carta **BÔNUS**

CHECANDO O  
SANGUE



avance 4 espaços e pegue  
uma carta **BÔNUS**

MANTENDO UM  
DIÁRIO DO DIABETES



avance 4 espaços e pegue  
uma carta **BÔNUS**

CHECANDO O  
SANGUE



avance 4 espaços e pegue  
uma carta **BÔNUS**

CONTANDO GRAMAS  
DE CARBOIDRATOS



avance 4 espaços e pegue  
uma carta **BÔNUS**

CONTANDO GRAMAS  
DE CARBOIDRATOS



avance 4 espaços e pegue  
uma carta **BÔNUS**

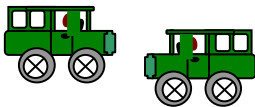
Oh não!  
Seu açúcar no sangue  
está quase no chão?  
**Não tenha uma  
HIPOGLICEMIA**  
Corra até os carboidratos  
mais próximos!  
Já está no espaço com  
carboidratos?  
Pegue uma CARTA BÔNUS

Cruzes!  
Seu açúcar no sangue está  
ficando nas nuvens?  
**Não tenha uma  
HIPERGLICEMIA**  
Corra até a insulina  
mais próxima!  
Já está no espaço com  
insulina?  
Pegue uma CARTA BÔNUS

Oh não!  
Seu açúcar no sangue  
está quase no chão?  
**Não tenha uma  
HIPOGLICEMIA**  
Corra até os carboidratos  
mais próximos!  
Já está no espaço com  
carboidratos?  
Pegue uma CARTA BÔNUS

Cruzes!  
Seu açúcar no sangue está  
ficando nas nuvens?  
**Não tenha uma  
HIPERGLICEMIA**  
Corra até a insulina  
mais próxima!  
Já está no espaço com  
insulina?  
Pegue uma CARTA BÔNUS

Troque de lugar  
com qualquer outro  
jogador



**AVANCE**  
**3**  
**ESPAÇOS**

**AVANCE**  
**1**  
**ESPAÇO**

**AVANCE**  
**1**  
**ESPAÇO**

**AVANCE**  
**2**  
**ESPAÇOS**

**AVANCE**  
**2**  
**ESPAÇOS**





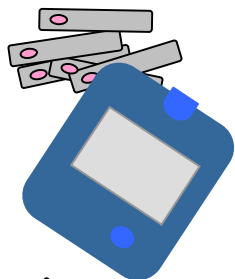
## JOGANDO CARTAS<sup>©</sup>

Divirta-se e aprenda enquanto brinca com jogos simples de cartas como:  
Pif-paf, Rouba Monte, Burro, Memória, Mico.

Este baralho de quarenta cartas ilustra os itens necessários em um kit de diabetes

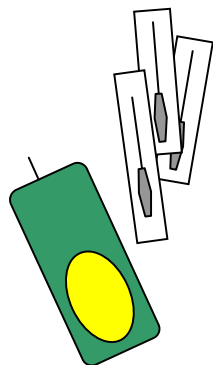
Imprima 4 cópias da próxima página em papel de alta gramatura  
ATENÇÃO PARA IMPRIMIR NO MODO "PAISAGEM" E NÃO "RETRATO".

Fitas de teste e

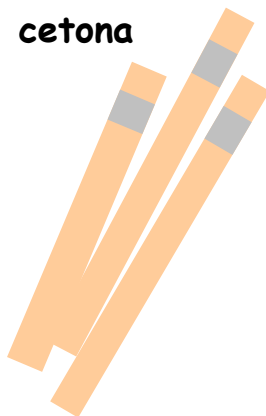


Monitor de glicose

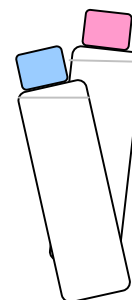
Lancetas



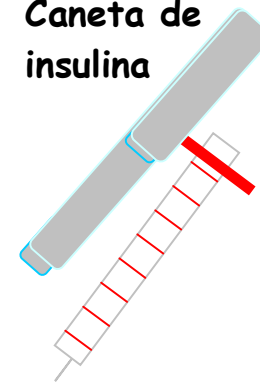
Tiras de cetona



Insulina



Caneta de insulina



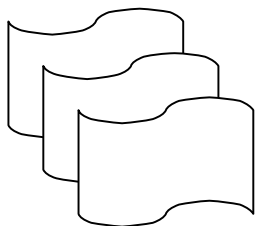
ou seringa

Diário

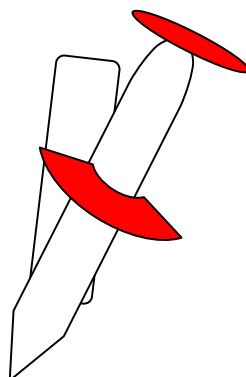


e Caneta

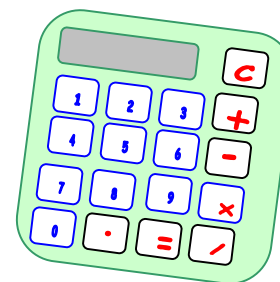
Lenços não alcoólicos



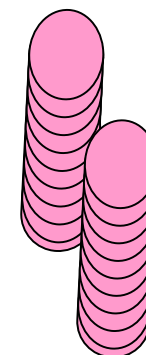
Glucagon



Calculadora



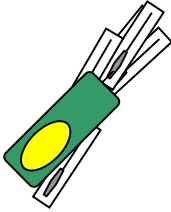
Pastilhas de glicose



## PALAVRAS MISTURADAS

Monte as palavras corretamente e depois desenhe uma linha ligando as palavras à figura correspondente

1) safti ed tencoa



---

2) nilanusi

---

3) tasencal

---

4) tisfa ed sette

---

5) ginsera

---

6) mobba ed linsaia

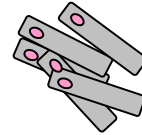
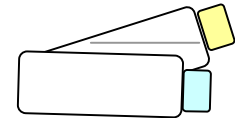
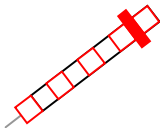
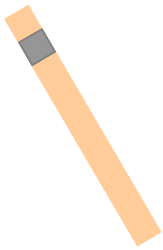
---

7) maxee ed gunesa

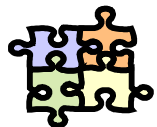
---

8) satodirobarc

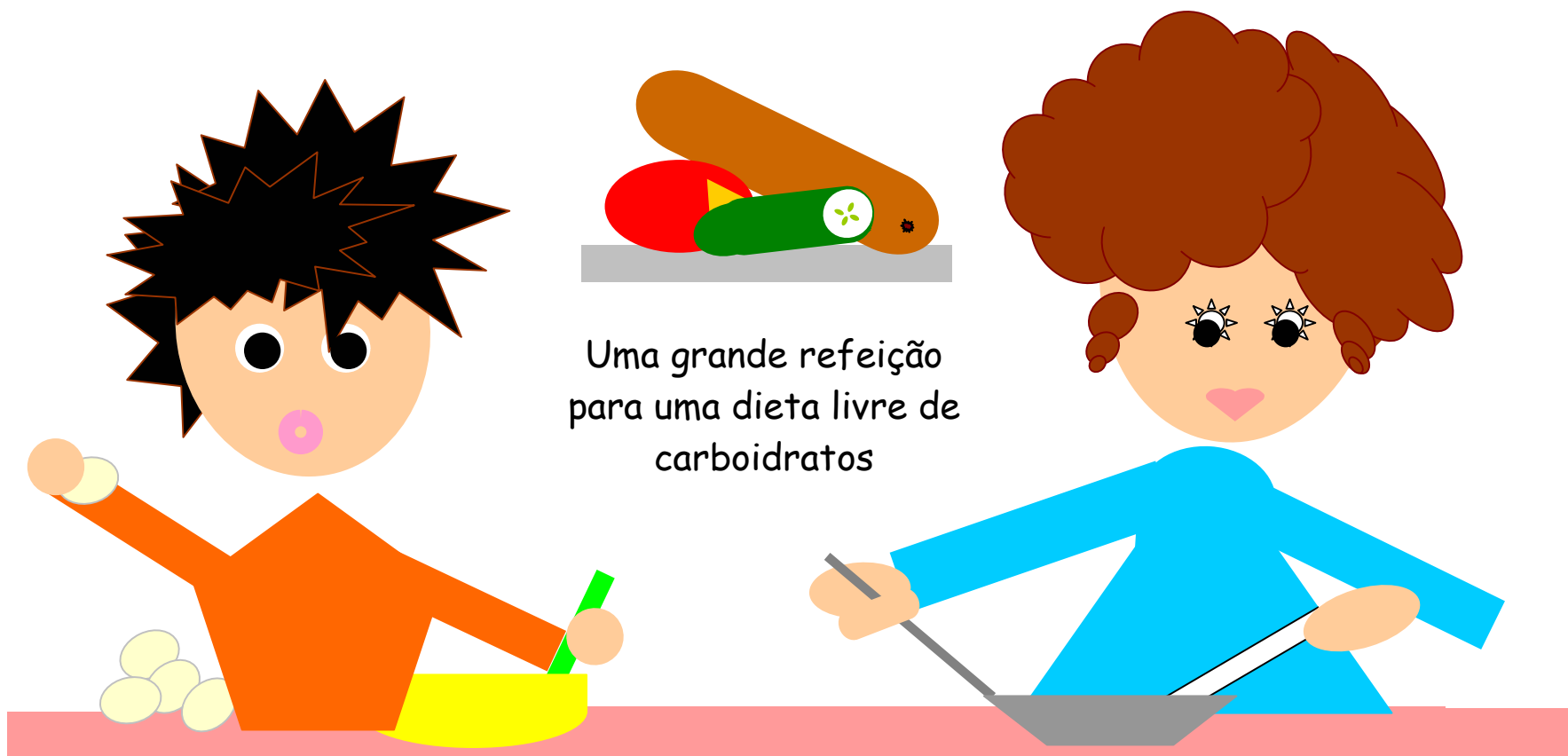
---



1) tiras de cetona 2) insulina 3) lancetas 4) fitas de teste 5) seringa 6) bomba de insulina  
7) exame de sangue 8) carboidratos

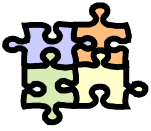


Imprima em papel de cartão de visitas. Separe as peças para depois montá-las



Uma grande refeição  
para uma dieta livre de  
carboidratos

Joãozinho quebra os ovos para mamãe fazer ovos mexidos  
Por que não juntar queijo ou salame?  
Coma com fatias de pepino para obter uma saborosa refeição  
livre de carboidratos  
E sem preocupações sobre quanta insulina tomar!



Imprima em papel de cartão de visitas. Separe as peças para depois montá-las



Mantenha o equilíbrio entre seus exercícios, insulina e dieta.

## Você sabe contar até dez?




### Você sabe o nome destes produtos e equipamentos?

**Um** 1  uma calculadora.

Uma calculadora ajuda a decidir a quantidade de insulina que você precisa.

**Dois** 1  2  dois monitores de glicose.




O monitor de glicose mede o açúcar de seu sangue.

**Três** 1  2  3  três balanças.

Use uma balança para pesar os carboidratos que você come.

**Quatro** 1  2  3  4  quatro copos de medida.

Use um copo de medida para medir os carboidratos que você não puder pesar.

**Cinco** 1  2  3  4  5  cinco frascos de insulina.

Seu corpo precisa de insulina para permitir que o açúcar entre nas suas células.

**Seis** 1  2  3  4  5  6  seis pastilhas de açúcar.










Pastilhas de açúcar lhe dão energia rápida quando o açúcar no seu sangue está baixo.

**Sete** 1  2  3  4  5  6  7  lenços não alcoólicos.

Use os lenços antes de furar os dedos, para ter certeza que a pele está limpa.

**Oito** 1  2  3  4  5  6  7  8  fitas de teste.

Você coloca uma gota de sangue na fita de teste para que o monitor de glicose possa funcionar.

**Nove** 1  2  3  4  5  6  7  8  9  nove lancetas.

Use uma lanceta para furar o seu dedo para o exame de sangue.

**Dez** 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  dez fitas de Cetona.

Você precisa das fitas de cetona quando sua glicose está muito alta ou você está passando mal.