|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ**  **PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**  **GUIA DE RETORNO PARA O TELEMONITORAMENTO** | | **USUÁRIO:** | | **DATA:** | | **INTERVALO INDICADO PARA AS LIGAÇÕES:** | | **PRÓXIMO CONTATO ATÉ:** | | **METAS A SEREM IMPLEMENTADAS** | | * Diminuir consumo de sal; * Diminuir consumo de açúcar; * Tomar medicamentos na dose e nos horários certos; * Fazer rodízio dos locais de aplicação da insulina; * Guardar a insulina na parte baixa ou na porta da geladeira; * Hidratar a pele; * Realizar atividades físicas; * Não andar descalço; * Cuidado ao cortar as unhas, corte sempre em linha reta; * Prefira utilizar meias de algodão que não aperte os pés; * Examinar pés diariamente a procura de calosidades e/ou rachaduras; * Melhorar a qualidade do sono; * Aumentar a ingestão de água; * Lembrar de renovar os medicamentos antes de acabar; * Outros: | |  | |  | | --- | | **UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ**  **PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM NFERMAGEM**  **GUIA DE RETORNO PARA O ELEMONITORAMENTO** | | **USUÁRIO:** | | **DATA:** | | **INTERVALO INDICADO PARA AS LIGAÇÕES:** | | **PRÓXIMO CONTATO ATÉ:** | | **METAS A SEREM IMPLEMENTADAS** | | * Diminuir consumo de sal; * Diminuir consumo de açúcar; * Tomar medicamentos na dose e nos horários certos; * Fazer rodízio dos locais de aplicação da insulina; * Guardar a insulina na parte baixa ou na porta da geladeira; * Hidratar a pele; * Realizar atividades físicas; * Não andar descalço; * Cuidado ao cortar as unhas, corte sempre em linha reta; * Prefira utilizar meias de algodão que não aperte os pés; * Examinar pés diariamente a procura de calosidades e/ou rachaduras; * Melhorar a qualidade do sono; * Aumentar a ingestão de água; * Lembrar de renovar os medicamentos antes de acabar; * Outros: | |