

The following clips are now available in Spanish.

DIABETES

Sobre la Diabetes (About Diabetes) module

- 1) ¿Qué es la Pre-Diabetes? (What is Pre-Diabetes?)
- 2) ¿Qué es la Diabetes Tipo 1? (What is Type 1 Diabetes?)
- 3) ¿Qué es la Diabetes Tipo 2? (What is Type 2 Diabetes?)
- 4) ¿Qué es la Diabetes Gestacional? (What is Gestational Diabetes?)
- 5) ¿Está usted en riesgo? (Are You At Risk?)

Pre-diabetes (Pre-Diabetes) module

- 1) Entender la pre-diabetes (Understanding Pre-Diabetes)
- 2) Pruebas de pre-diabetes (Testing for Pre-Diabetes)
- 3) Cambios en el estado de vida (Lifestyle Changes)
- 4) Elegir alimentos saludables (Choosing Healthy Foods)
- 5) Manejo del tamaño de las porciones (Tips for Portion Control)
- 6) Ponerse activo (Getting Active)
- 7) Medicamentos para la pre-diabetes (Medications for Pre-Diabetes)
- 8) Buscar el apoyo necesario (Finding the Support You Need)

Diabetes gestacional (Gestational Diabetes) module

- 1) Entender la diabetes gestacional (Understanding Gestational Diabetes)
- 2) Los riesgos y el manejo de la Diabetes Gestacional (The Risks and Management of Gestational Diabetes)
- 3) Elegir alimentos saludables (Making Healthy Food Choices)
- 4) Ejercicios con Diabetes Gestacional (Exercising with Gestational Diabetes)
- 5) Controlar la glucosa en la sangre, cetonas y su salud (Monitoring Your Blood Glucose, ketone, and Your Health)
- 6) Cómo medir su glucosa en la sangre (How to Check Your Blood Glucose)
- 7) Insulina (Insulin)
- 8) Preparar una inyección de dosis única (Preparing a Single-Dose Injection)
- 9) Preparar una inyección de dosis mixta (Preparing a Mixed-Dose Injection)
- 10) Diabetes Gestacional: Inyectar insulina con una jeringa (Injecting with a Syringe)
- 11) Diabetes Gestacional: Inyectar insulina con una pluma de insulina (Injecting Insulin With a Pen)
- 12) Hipoglicemia (Hypoglycemia)
- 13) Diabetes Gestacional: Después que nazca su bebé (After Your Baby is Born)

Diabetes y Ejercicio (Physical Activity) module

- 1) La importancia del ejercicio (The Value of Exercise)
- 2) Incluya todo tipo de ejercicio (Include All Types of Exercise)
- 3) Crear su rutina de ejercicio (Creating Your Exercise Routine)
- 4) Consejos de ejercicios sin riesgo (Exercise Safely)
- 5) Ejercicio e Hipoglicemia (Exercise and Hypoglycemia)

(continued)

Monitoreo (Monitoring) module

- 1) La necesidad de controlar la glucosa en la sangre y llevar registros (The Need for Blood Glucose Monitoring and Record Keeping)
- 2) Elegir y cuidar su glucómetro (Choosing and Caring For Your Meter)
- 3) Como medir su glucosa en la sangre (How to Check Your Blood Glucose)
- 4) Saber cuándo medir su glucosa en la sangre (Knowing When to Check Your Levels)
- 5) Valor A1C y complicaciones a largo plazo (A1C Value and Long-Term Complications)

Wellness

Dejar de fumar (Smoking Cessation) module

- 1) Entender porque la gente fuma (Understanding Why People Smoke)
- 2) Identifique sus razones para dejar de fumar (Identifying Your Reasons to Quit)
- 3) Descubra los desencadenantes que lo llevan a fumar (Discovering Your Triggers)
- 4) Elegir un método para dejar de fumar (Choosing a Quitting Method)
- 5) Los productos que le ayudan a dejar el cigarrillo (Products that May Help You)
- 6) Establezca su fecha para dejar de fumar (Setting Your Quit Date)
- 7) Preparándose para la abstinencia de la nicotina (Preparing for Withdrawal)

Hospital Quality of Care

Directiva anticipada (Advance Directives) module

- 1) ¿Qué es una directiva anticipada? (What is an Advance Directive?)
- 2) Testamento en vida (Living Will)
- 3) Poder notarial para atención sanitaria (Healthcare Power of Attorney)
- 4) Los beneficios de tener una directiva anticipada (What are the Benefits of Having an Advance Directive?)
- 5) Guardar y actualizar su directiva anticipada (Storing and Updating Your Advance Directive)

Manejo del dolor (Pain Management) module

- 1) ¿Qué es el dolor? (What is Pain?)
- 2) Su derecho al manejo del dolor (Your Right to Pain Management)
- 3) Describir y clasificar su dolor (Describing and Rating Your Pain)
- 4) Opciones para el manejo del dolor (Pain Management Options)
- 5) Los beneficios del manejo del dolor (The Benefits of Pain Management)

Seguridad del paciente (Patient Safety) module

- 1) Diga lo que piensa cuando está en el Hospital (Speak Up While In the Hospital)
- 2) Prevención de caídas (Preventing Falls)
- 3) Seguridad general del hospital (General Hospital Safety)
- 4) Evite errores medicos (Avoiding Medical Mistakes)

Neumonía (Pneumonia) module

- 1) Entender la neumonía (Understanding Pneumonia)
- 2) La importancia de un diagnóstico temprano de la neumonía (The Importance of Diagnosis)
- 3) Tratamientos comunes para la neumonía (Common Treatments for Pneumonia)
- 4) Diagnóstico y tratamiento para poblaciones especiales (Diagnosis and Treatment for Special Populations)

(continued)

- 5) Previendo la re-infección (Preventing Re-infection)
- 6) Recuperar la función pulmonar (Regaining Lung Function)
- 7) Pautas para recuperarse en casa (At-home Guidelines to Recovery)
- 8) Cambios saludables de estilo de vida para prevenir la re-infección (Healthy Lifestyle Changes to Prevent Reinfection)

Anticoagulantes (Anticoagulants) module

- 1) Medicamentos Anticoagulantes (Anticoagulant Medications)
- 2) Importancia del la prueba INR (Importance of the INR Test)
- 3) Tome su anticoagulante en forma segura (Taking Your Anticoagulant Safely)
- 4) Efectos secundarios de los anticoagulantes (Side Effects of Anticoagulants)
- 5) Consejos de seguridad para prevenir el sangrado (Safety Tips to Prevent Bleeding)