

# Manejo de la diabetes en el adulto mayor



Video: Consumo y Diabetes



Revista del Consumidor 517

# Compras en el Buen Fin



Video: El Buen Fin. Tips Profeco



Video: El Buen Fin. El Show de los Consuminis



Revista del Consumidor 525

# Tu huella en Internet



Video: Tu huella en internet y que no te espíen



Revista del Consumidor 539



**Horario de atención**  
de lunes a viernes de **9 a 19** horas,  
y los fines de semana y días festivos  
de **10 a 18** horas.

**Oficinas Centrales**  
Av. José Vasconcelos 208,  
Condesa, Cuauhtémoc, C.P. 06140  
Ciudad de México.



@Profeco



ProfecoTV



Profecooficial



revistadelconsumidormx

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Manejo de la diabetes en el adulto mayor

# Compras en el Buen Fin

# Tu huella en Internet

CGED-DEC

Elaboró: Vania Martínez Ramírez. Revisó: Ivon Castañeda Cerdá. Validó: Lic. Marcos Moisés Macías Torres. Diseñó: Daniel Eduardo Wilson Oropeza.

# Manejo de la diabetes en el adulto mayor

## Diabetes mellitus

**Diabetes tipo 1.** No se produce insulina, ocasionando exceso de glucosa en la sangre y generando problemas en corazón, vasos sanguíneos, ojos, riñones, encías y dientes.

**Diabetes tipo 2.** Hay producción insuficiente de insulina o no se utiliza correctamente; en especial en adultos de mediana edad y mayores.

## Síntomas

Fatiga o somnolencia, letargia, deterioro cognoscitivo, pérdida de peso, incontinencia urinaria, síntomas genitourinarios y alteraciones en la conciencia.

## ¿Cómo puedes prevenirla?

Evita consumo de tabaco, bebidas alcohólicas, azúcares y grasas saturadas

Mantén peso corporal saludable, practica al menos 30 min. diarios de actividad regular moderada

## Para controlarla:

- Acude al médico si notas alguna anomalía en tus pies
- Sigue las indicaciones médicas y adopta hábitos saludables
- Ten chequeos médicos periódicos para evitar complicaciones

**Para tener mejor calidad de vida, es importante prevenir y controlar la diabetes**

# Compras en el Buen Fin



**¡Del 15 al 18 de noviembre es el Buen Fin 2024!**

**Para aprovecharlo de manera responsable, toma en cuenta los siguientes consejos:**

- Realiza compras informadas
- Elabora un presupuesto específico para el Buen fin y no te salgas de él
- Haz una lista de necesidades
- Compara precio en tienda física y en línea. Consulta el Quién es Quién en los Precios
- Revisa ofertas, promociones y sus condiciones
- Verifica disponibilidad de productos
- Revisa plazos, condiciones y costos de entrega
- Pide y guarda comprobantes de compra y pago para reclamar en caso necesario
- Consulta políticas de cambio, devolución y vigencia
- Consulta términos y condiciones de garantía. No podrán ser inferiores a 90 días contados a partir de la entrega del bien o prestación del servicio

## Si compras en línea:

- Utiliza elementos técnicos que brinden seguridad y confidencialidad
- Asegúrate que la página contenga <https://> y un ícono de candado cerrado
- Verifica que el proveedor informe su domicilio físico, teléfonos y otros medios para poder reclamar o aclarar

**Este Buen Fin, ¡cuida tu dinero!  
y acude a Profeco si lo necesitas**

# Tu huella en Internet



**Cada vez que navegas por Internet y publicas en tus redes sociales, dejas un rastro llamado huella digital.**

## ¿Cómo borrar tu huella digital?

Es difícil borrarla totalmente; sin embargo, puedes configurar tus dispositivos y cambiar los ajustes de privacidad.

## Recomendaciones para no correr riesgos en línea

- Cuida lo que publicas o informas en redes sociales, lo que envías por correo electrónico y los sitios que visitas
- Sé discreto al compartir tu ubicación y al expresar situaciones emocionales, intereses o necesidades

## ¡Protegerse es importante!

Recuerda que por muy pequeño que sea el rastro que dejas en la red, pueden crear un perfil completo de tu persona