

Pasos para un camino saludable

CÓMO PREVENIR LA DIABETES TIPO 2

El kit *El camino hacia la buena salud* proporciona materiales para iniciar un programa de actividades de divulgación en la comunidad para ayudar a las personas a prevenir o retrasar la diabetes tipo 2.

Entender
la diabetes



Hacer
actividad física



Seleccionar
alimentos
saludables



**Prevenir
la diabetes
tipo 2**

La diabetes tipo 2 se puede prevenir o retrasar al hacer cambios duraderos en el estilo de vida.

Haga clic en cada paso del camino para saber cómo puede prevenirla.