



Prevengo la diabetes tipo 2 para mi familia

¡Los **hispanos** tienen más riesgo de diabetes que otros grupos étnicos!



1 DE CADA 3

adultos en los Estados Unidos tiene prediabetes

1 DE CADA 8

adultos hispanos en los Estados Unidos tiene diabetes tipo 2



¡Usted puede evitar que pase de tener prediabetes a tener diabetes tipo 2!



La diabetes tipo 2 pone a las personas en riesgo de tener graves problemas de salud como:



Ataque al corazón



Derrame cerebral



Pérdida de la visión



Problemas con los riñones



Pérdida de dedos, pies o piernas

¡PREVENGA LA DIABETES TIPO 2!



Hay programas en su comunidad reconocidos por las autoridades nacionales de salud (los CDC) que le enseñarán a hacer lo siguiente:



Comer bien



Hacer más actividad física



Enfrentar el estrés

Encuentre un programa en su comunidad



Aprenda cómo nuestro programa de prevención de diabetes puede ayudarle a prevenir o retrasar la diabetes tipo 2

**VISITE [EL URL] O
LLAME AL [###-###-####]**

Logotipo de la organización local



PREVENGAT2
UN PROGRAMA PARA PREVENIR LA DIABETES TIPO 2