

Es momento de enfrentarse a la prediabetes.

Usted está listo.
Hágalo realidad.

El programa de cambio en el estilo de vida del Programa Nacional de Prevención de la Diabetes está diseñado para que logre un resultado satisfactorio. Asistirá a clases y trabajará con un instructor de estilo de vida para ayudarlo a mantenerse activo, comer sano y controlar el estrés, a fin de lograr un futuro sin diabetes.

- Investigue opciones gratuitas o de bajo costo
- Dé pasos pequeños hacia cambios grandes
- Asista a clases virtuales interactivas

**Pregúntele a su médico
cómo puede prevenir la
diabetes tipo 2.**

DIABETES**FREE** NC

NC  MS
North Carolina Medical Society

AMA 
AMERICAN MEDICAL
ASSOCIATION