

“Me comprometí a participar en actividades físicas. Haz ejercicio 30 minutos al día durante cinco días a la semana.”

RALPH Y DORIS



La raza y el origen étnico pueden afectar el riesgo de desarrollar prediabetes. Afroamericanos Los hispanos/latinos, los indios americanos, los isleños del Pacífico y algunos asiático-americanos tienen mayor riesgo de diabetes tipo 2.



TOMA LAS RIENDAS DE TU SALUD



¡Visite **NEHealthMatters.org** para realizar la evaluación de riesgos y aprender cómo **prevenir, tratar** y **revertir** la prediabetes!

