

“Vale la pena aprovechar ese momento para asegurarte de que lo que pones tu cuerpo no va a volver a perseguirte.”



KIM

¿Sabías que **4 de cada 10 adultos estadounidenses** (18+ años) son prediabéticos? **¡Agregue fibra** a sus rutinas de desayuno y merienda, y **agregue color a su plato** para cada comida!



TOME LAS RIENDAS DE LA SALUD DE SU FAMILIA



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

