

Prevén la Diabetes...



Diviértete
haciendo ejercicio!



Juega !



Usa tus
músculos!



Come Saludablemente



NO Jueges
Con La...



Diabetes!

beBetter Health, Inc. 6 Craddock Way Poca, WV. 24 January 2012. <><http://www.theportionplate.com/kids-food-plate.html>>

Loughrey, Anita. Explaining Diabetes. Mankato, Minnesota: Smart Apple Media, 2010.

Signos de la "D" Grande

¿Piensas que tienes Diabetes?

Averigua por ti mismo contestando estas preguntas:

SI

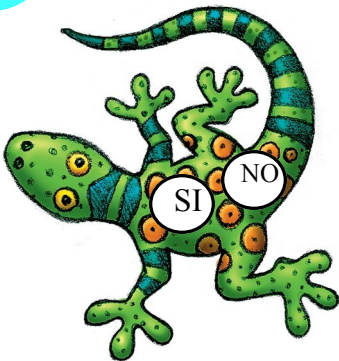
NO



SI

NO

¿Tu piel está seca como el lagartijo?



SI

NO



¿Sientes hormigueo y adormecimiento en los pies?

SI

NO



¿Tienes hambre constantemente?

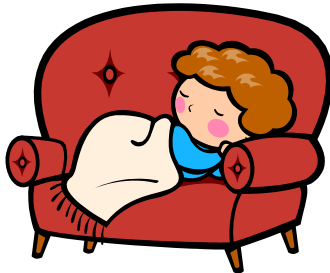
SI

NO

¿Miras borroso y se te dificulta ver?

SI

NO



¿La mayor parte del tiempo estás cansado y con sueño?

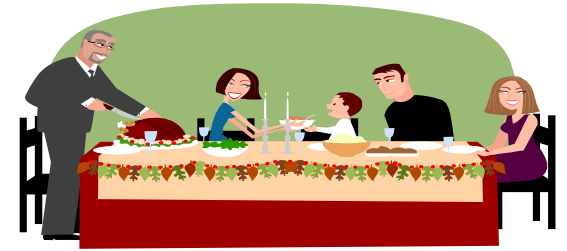
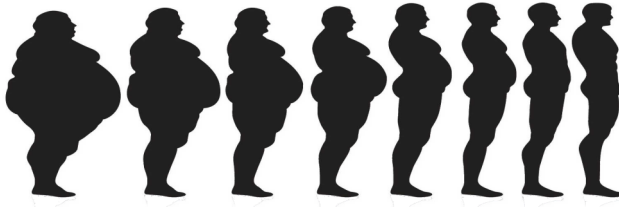
SI

NO

SI

NO

¿Perdiste mucho peso de repente?



¿Tienes antecedentes en tu familia de diabetes?

SI

NO



Si tengo antecedentes con diabetes y siempre tengo mucha sed.

Hmmmm...

Quizá es necesario consultar al medico.

Si has contestado que SI a mas de dos preguntas, ten en cuenta que podrías estar en riesgo de Diabetes.

Consulta a tu doctor general para asegurarte!

