



**HAGA QUE LA
VIDA SALUDABLE
SEA UNA TRADICIÓN**

Cree su legado saludable

Aprenda formas de prevenir o retrasar la diabetes tipo 2 con el programa de cambios de estilo de vida del Programa Nacional de Prevención de la Diabetes de los CDC.

NATIONAL 
DIABETES
PREVENTION
 **PROGRAM**

[CDC.gov/diabetes/spanish/prevention](https://www.cdc.gov/diabetes/spanish/prevention)