

DIABETES

Factores de riesgo de diabetes de tipo 2

La genética, la edad y el historial familiar incrementan el riesgo de desarrollar diabetes de tipo 2 y no se pueden cambiar. Sin embargo, algunos comportamientos que también incrementan el riesgo pueden cambiarse:



Una alimentación no saludable



1 de cada 3 personas presenta sobrepeso



La falta de actividad física



1 de cada 10 personas es obesa

ACCIONES

PARA TODOS



Mantener una alimentación saludable



Hacer ejercicio físico



Evitar ganar peso excesivo



Controlar la glucemia en caso de duda



Seguir los consejos médicos

PARA LOS GOBIERNOS

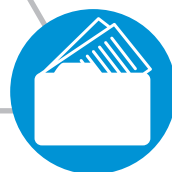


Entornos saludables

ASEGURAR



Mejores diagnósticos y tratamiento



Mejores datos