

PROGRAMA MANEJO PERSONAL DE LA DIABETES

Aunque la diabetes no tiene cura, el conocimiento de las técnicas de autocontrol puede mejorar la calidad de vida.



Este programa está diseñado para personas con diabetes de tipo 2.

Aprenderá:

- Alimentación sana
- Ejercicio a su nivel
- Cómo utilizar el control de la glucosa para tomar decisiones cotidianas
- Cómo gestionar los días de enfermedad
- Cómo reducir el riesgo de padecer otras enfermedades
- Cómo afrontar los retos de vivir con diabetes

Llame al (833) 673-9355 para obtener más información.

Este programa está disponible en inglés y español, y está acreditado por la Association of Diabetes Care and Education Specialists (ADCES).



Obtendrá apoyo para el bienestar durante 6 semanas completas



Se beneficiará de sesiones de grupo con otras personas que se enfrentan a retos similares



Este programa está cubierto por Medicare y Medicaid en Oregon.

