

Termine el Verano con mejor salud

Texto de imágenes y publicaciones para las redes sociales

Para usar: Puede usar los siguientes textos e imágenes para publicaciones de redes sociales en Facebook, Instagram y X (Antes Twitter).

Texto de publicación recomendado	Imagen/gráfico recomendado
Preparar un almuerzo nutritivo ayuda a los niños a crear hábitos saludables a edad temprana. Descubre cómo agregar más verduras y proteínas magras a tus comidas al registrarte en el programa de cambios de estilo de vida del Programa Nacional de Prevención de la Diabetes de los CDC. Obtén más información en insertar enlace al sitio web del programa].	 NATIONAL DIABETES PREVENTION PROGRAM CDC.gov/diabetes/spanish/prevention

Los últimos días del verano nos ofrecen tiempo para hacer actividad física, lo que puede ayudar a prevenir o retrasar la diabetes tipo 2. Aprende maneras de agregar movimiento a cada temporada al registrarte en el programa de cambios de estilo de vida del Programa Nacional de Prevención de la Diabetes de los CDC. Regístrate en [insertar enlace al sitio web del programa].



NATIONAL
DIABETES
PREVENTION
PROGRAM

CDC.gov/diabetes/spanish/prevention



NATIONAL
DIABETES
PREVENTION
PROGRAM

CDC.gov/diabetes/spanish/prevention

Uno de cada tres adultos en los Estados Unidos no duerme lo suficiente, lo que puede aumentar el riesgo de diabetes tipo 2. En el programa de cambios de estilo de vida del Programa Nacional de Prevención de la Diabetes de los CDC, obtendrás recomendaciones para descansar bien por la noche. Regístrate en [insertar enlace al sitio web del programa].



NATIONAL
DIABETES
PREVENTION
PROGRAM

CDC.gov/diabetes/spanish/prevention