Soy Olga,

cocino saludable para **prevenir la diabetes tipo 2.**

Cocinar es mi obra de arte. Siempre me ha gustado comer sano, pero con el programa de cambio de estilo de vida del Programa Nacional de Prevención de la Diabetes de los CDC, aprendí a mejorar mis hábitos alimenticios.

— Olga Aguirre

NATIONAL DIABETES PREVENTION PROGRAM

#MesdelaDiabetes

CDC.gov/diabetes/spanish/prevention

Aprenda más sobre el programa de cambio de estilo de vida del Programa Nacional de Prevención de la Diabetes de los CDC en **CDC.gov/diabetes/spanish/prevention**.

NATIONAL DIABETES PREVENTION PROGRAM

#MesdelaDiabetes

CDC.gov/diabetes/spanish/prevention