

“

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



”



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



#MesdeLaDiabetes