

A DIABETES E O CORAÇÃO

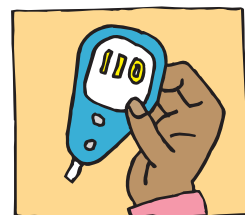
As doenças do coração são o principal problema de saúde na América. Se tem diabetes, terá um risco ou chance no mínimo duas vezes maior de ter uma doença cardíaca do que uma pessoa sem diabetes.



O que pode fazer?

Pode reduzir a possibilidade de ter um ataque cardíaco, derrame ou problemas circulatórios controlando:

- Os seus níveis de açúcar no sangue
- A pressão arterial
- O colesterol, e
- O peso se estiver acima do peso



Conheça as metas para um coração saudável:

- Siga o seu plano de refeições para diabéticos
- Seja fisicamente ativo todos os dias
- Tome o seu medicamento para a diabetes
- Se fuma, PARE!



Faz tudo o que pode para proteger o seu coração? Descubra na sua próxima visita de tratamento de diabetes