

El autocuidado ayuda a un mejor control.

CONOZCAMOS MÁS SOBRE DIABETES



Además del tratamiento médico, el éxito del control de la diabetes depende de conocer los diferentes aspectos de esta afección. Aprendamos cuáles son los distintos cuidados preventivos para mejorar nuestra salud.

CONSEJOS PREVENTIVOS:

- Seguí un plan de alimentación saludable.
- Realizá actividad física.
- Mantenete en un peso saludable acorde a tu talla y contextura.
- Tratá de controlar los niveles de stress.
- Monitoreá tu salud cardiovascular.
- No fumes.



Recordá que la **Clínica AMEBPBA** cuenta con el **SERVICIO DE DIABETOLOGÍA**. Para mayor información comunicate con nuestro Centro de Atención Telefónica al **0810-222-6888** de Lun. a Vie. de 9.30 a 17 hs. o a través de nuestro sitio web www.amebpba.org.ar.



LAMUTUAL
Asociación Mutualista de Empleados
del Banco de la Provincia de Buenos Aires