

“DIABETES: protejamos nuestro futuro”

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD 2016



Tu ayuntamiento te recomienda:

Sigue una dieta saludable, rica en frutas y verduras.

Realiza ejercicio de forma habitual. Caminar 30 minutos al día es suficiente.

Controla tus niveles de azúcar y colesterol.

Más información en www.mostoles.es