

Tu plan



GENÓMICA DIGITAL PARA LA PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD Y DIABETES

DIABETES
prevent

Cómo preparar

TU PLATO SALUDABLE



Una mitad verduras + frutas



Un cuarto cereales integrales



Un cuarto proteínas

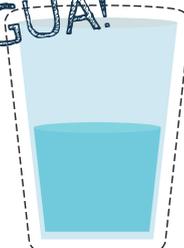


Aceite de oliva y grasas saludables



Y de beber...

¡AGUA!



Consejos para prevenir la obesidad y la diabetes

www.patiadiabetes.com