



PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE DIABETES DE PUERTO RICO
 “DIA CERO”
 22 de Febrero de 2017

1. Introducción, Salud Tecnológica.
2. ¿Qué es la prediabetes, diabetes?
3. ¿Qué hace el exceso de glucosa en el cuerpo/vasos sanguíneos?
4. ¿Qué son factores de riesgo? Y ¿Cuales son los factores de riesgo de la diabetes?
5. ¿Qué voy a ganar si participo fielmente en el programa?
6. ¿Qué es el reto de Sube la Cima?
7. Salida, Próxima clase: 1er Marzo de 2017

Awards for your achievements

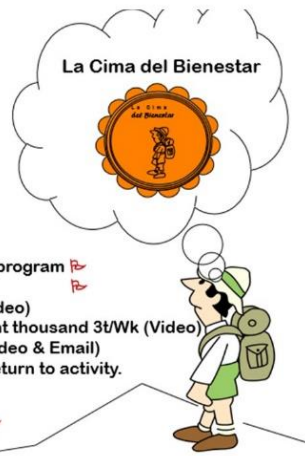
1. Registration and Orientation - 14 P
2. Medical Exam - 14 P
3. Measures Physical Activity - 14 P
4. Nutritious Control - 14 P
5. Finish Eight Workshops - 7 P
6. Finish Twelve Workshops - 7
7. Finish Sixteen Workshops - 7

14 Points for 12 consecutive assists to the program P
 14 Points to prove your effort P

- * Treadmill protocols in Fitness (Video)
- * Test your pedometer improvement thousand 3t/Wk (Video)
- * You can proving lower weight (Video & Email)
- * Redeeming a day no assist and return to activity.

= 98

2 Points for completing 7 achievements P
 = 100



THE Wellness WELLNESS SUMMIT

