

Noviembre

Síndrome Metabólico y

→ **USTED** ←



¿Qué es?

Este mes trataremos del síndrome metabólico — lo que es, como saber si uno está en riesgo de contraerlo y lo que hay que saber para evitarlo:

- Ser más activo
- Mejorar su dieta
- Hacerse checar los niveles de insulina

Su Actividad

Conozca sus Factores de Riesgo

¿Usted está padeciendo o en riesgo del síndrome metabólico? Su consejo principal es el de tratar de saber los principales cinco factores de riesgo y lo que significan. Por ejemplo: ¿Sabía usted que la grasa en exceso alrededor del estómago es una de las indicaciones más evidentes de una enfermedad de las arterias coronarias que grasa en exceso en otras partes del cuerpo? ¡Bueno, ahora lo sabe!



Insurance | Risk Management | Consulting

Powered by

navigate^o

Wellbeing Solutions