

ROTARY E A PREVENÇÃO DA DIABETES

A **Diabetes tipo 2**, doença crónica grave, atinge mais de **um milhão de portugueses** e ameaça outros 2 milhões de compatriotas. Em muitos casos, esta doença pode ser evitada com a **adoção de comportamentos saudáveis de alimentação e atividade física regular**.

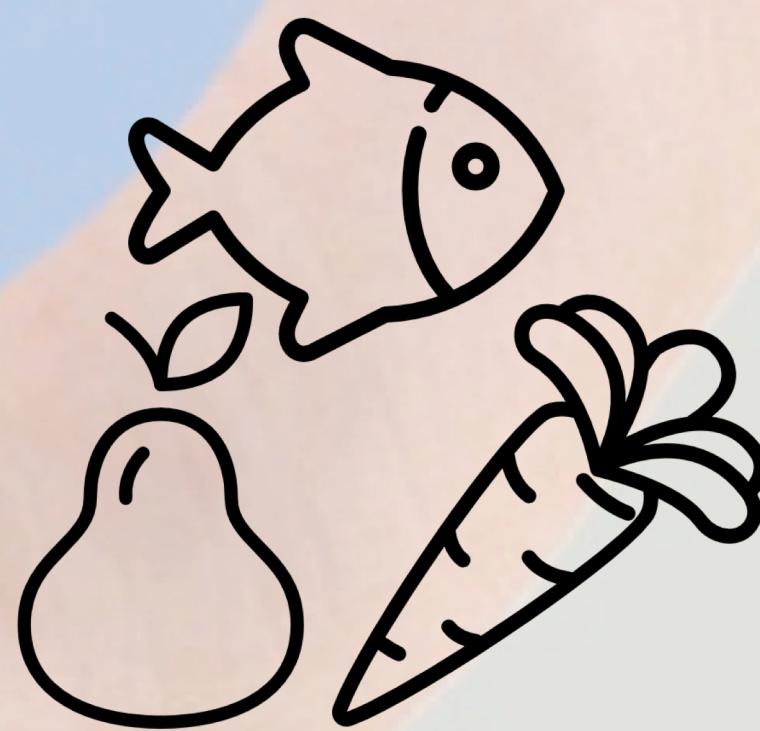
QUER SABER SE ESTÁ EM RISCO DE CONTRAIR A DIABETES TIPO 2?

Preencha a **Ficha de Avaliação de Risco de Diabetes Tipo 2**, inserida no folheto que lhe foi entregue.

Se o seu nível de risco for **Moderado, Alto ou Muito Alto**, por favor consulte o seu médico assistente que o irá avaliar e acompanhar na prevenção da Diabetes.



Faça exercício físico



Controle a sua alimentação

JUNTOS, PODEMOS PARAR ESTA PANDEMIA !

ORGANIZAÇÃO:

APOIOS: