

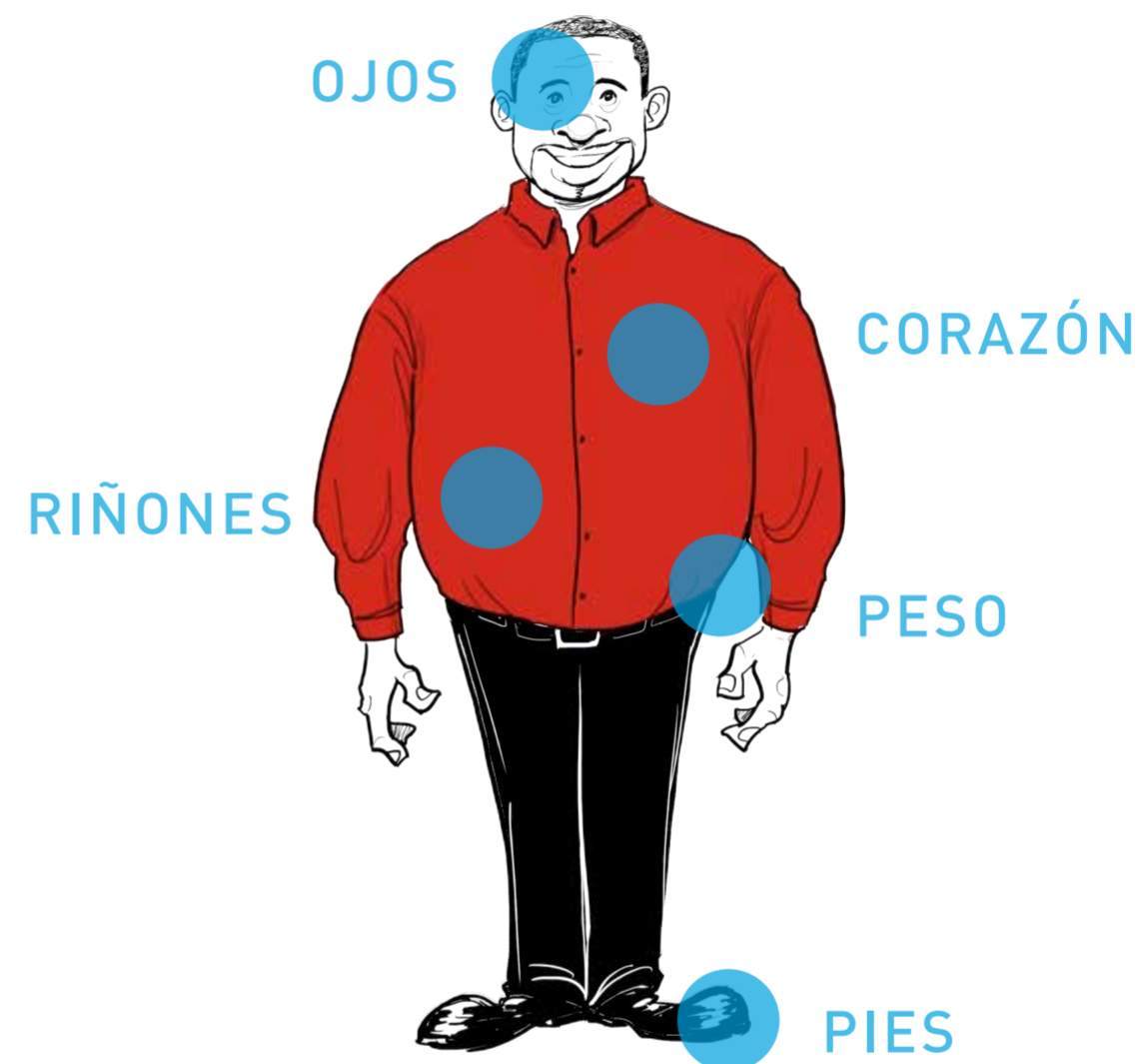
# ¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE EQUILIBRAR EL AZÚCAR?

A LO LARGO DEL TIEMPO, UN DESEQUILIBRIO EN EL AZÚCAR PUEDE AFECTAR SU(S):



## DEBE SABER:

A1C es su nivel de azúcar promedio durante un periodo de tres meses.



SU CUERPO USA EL AZÚCAR PROVENIENTE DE LOS ALIMENTOS QUE COME PARA OBTENER ENERGÍA

CUANDO **INGIERE MÁS AZÚCAR** DE LO QUE SU CUERPO NECESITA, SU CUERPO ALMACENA EL SOBRENTE EN SUS MÚSCULOS Y GRASA.

SI **NO HA INGERIDO SUFICIENTE AZÚCAR**, SU CUERPO PUEDE USAR ALGO DE LO QUE HA ALMACENADO.

