

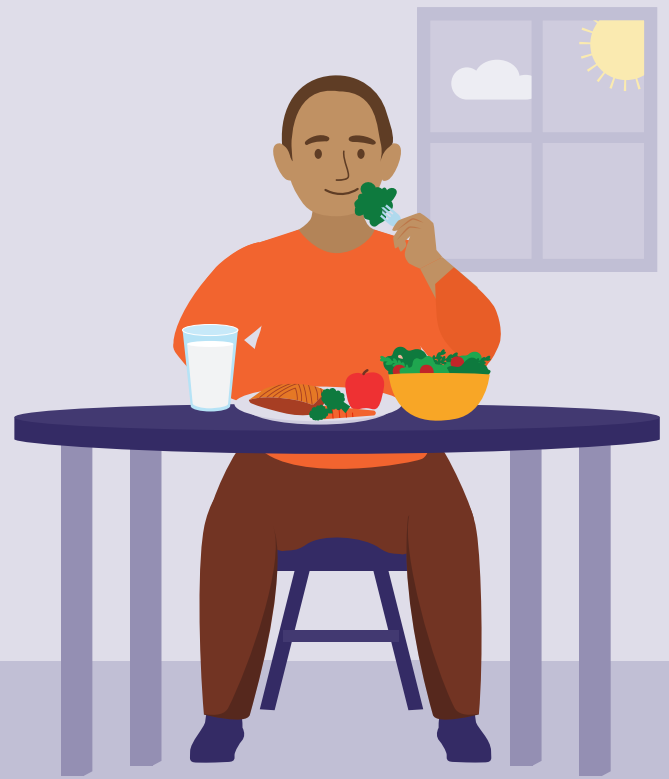
No Es Broma...

Usted puede **REDUCIR SU RIESGO** de sufrir un derrame cerebral



NO ES BROMA.

Una dieta alta en colesterol, sodio (sal), grasas saturadas, grasas trans y azúcar añadida aumenta el riesgo de sufrir un derrame cerebral.



UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EMPIEZA POR ELEGIR ALIMENTOS SALUDABLES.*

Seguir una dieta equilibrada que incluya frutas y verduras frescas, opciones ricas en fibra y fuentes saludables de proteínas puede reducir el riesgo de sufrir un derrame cerebral.



WISCONSIN COVERDELL
STROKE PROGRAM



WISCONSIN DEPARTMENT
of HEALTH SERVICES
P-03432ES (04/2024)

REDUZCA SU RIESGO

Para obtener más información →



dhs.wisconsin.gov/coverdell/community.htm

*Alimentación Saludable | Asociación Americana del Corazón