

## ¿Qué es la diabetes?

La diabetes es una enfermedad que aparece cuando el cuerpo no es capaz de controlar los niveles de glucosa (de azúcar).

El nivel de glucosa es la cantidad de azúcar en la sangre. Está normalmente elevado después de una comida.

Los diabéticos no son capaces de procesar la energía que han consumido. Su nivel de glucosa permanece anormalmente elevado.



## ¿Quién desarrolla diabetes?

El noventa por ciento de las personas diabéticas padecen el tipo 2. Los índices de diabetes tipo 2 van creciendo, sobre todo en los niños.

Otros factores de riesgo incluyen:

- antecedentes familiares de la enfermedad
- estilo de vida sedentario
- sobrepeso
- presión arterial elevada

## La exposición química y la diabetes

Muchos estudios han demostrado que la exposición a los productos químicos tóxicos también puede llevar a la diabetes.

Estos productos químicos incluyen:

- pesticidas
- ftalatos
- bisfenol A (BPA)

Muchos de estos productos químicos se encuentran en los productos cotidianos como:



botellas de  
plástico



cosméticos



envasado de  
alimentos

## Como proteger su salud

Hágase pruebas. La prueba de Million Marker le ayudará a descubrir y a eliminar las exposiciones a químicos tóxicos.

Además, trate de evitar:

- alimentos procesados
- plásticos con código de reciclaje 3 y 7
- recibos en papel (están recubiertos con BPA)
- productos que contienen el ingrediente "fragancia"
- vitaminas en forma de cápsulas

