



Pocas enfermedades crónicas tienen un costo tan alto para los empleadores de Wisconsin como la prediabetes y la diabetes tipo 2 —alrededor de \$6 mil millones en pérdida de productividad y gastos médicos cada año. ¿Y qué es lo peor de esto? Lo preocupante es que 4 de cada 5 personas con prediabetes ni siquiera saben que la tienen. Sus empleados podrían perderse la oportunidad de revertir el nivel alto de azúcar en la sangre antes de desarrollar la diabetes tipo 2. Si se pierden la oportunidad, su empresa podría pagar caro las consecuencias.

No pierda los beneficios de contar con una fuerza laboral saludable. Anime a sus empleados a informarse mejor sobre el programa de cambio de estilo de vida del National Diabetes Prevention Program (Programa Nacional de Prevención de la Diabetes) en su comunidad hoy mismo. El patrocinio y apoyo de los empleadores puede marcar la diferencia.

## **Ofrezca un Lifestyle Change Program (Programa de cambio de estilo de vida)**

Puede ayudar a sus empleados a prevenir, revertir o reducir el riesgo de prediabetes ofreciendo un programa de cambio de estilo de vida respaldado por los CDC a través del seguro o plan de bienestar de su compañía.

---

## Cómo ayudan los Programas de estilo de vida

Estos programas conectan a los empleados con la asesoría, el apoyo y los recursos de un programa de cambio de estilo de vida que puede marcar una diferencia real y cuantificable tanto para sus empleados como para su empresa. Como resultado de estos programas, otros empleadores han observado:

- Aumento en el estado de ánimo y compromiso de los empleados
  - Reducción en los costos de cuidado de la salud y seguridad
  - Reducción en los costos del seguro de compensación laboral
- 

## Cómo funcionan los programas de cambio de estilo de vida

Estos programas virtuales y en persona incluyen mucho más que una breve presentación o unas cuantas hojas con información. Es una experiencia de un año que ofrece:

- Un plan de estudio integral que ha demostrado reducir el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 en un 58% en los participantes y hasta en un 71% en participantes mayores de 60 años
  - Herramientas y consejos prácticos para reducir el estrés, alimentarse bien y mantenerse activo
  - Sesiones de entrenamiento regulares con un especialista en prevención de la diabetes ofrecido en línea, en su comunidad o incluso en persona en su ubicación
  - Experiencias de aprendizaje en grupo que ofrecen a los participantes una comunidad de apoyo
- 

## Encuentre los Lifestyle Change Programs (Programas de cambio de estilo de vida) que mejor se adapten a usted

A través de estos programas, puede proteger la productividad de su personal, aumentar el estado de ánimo y reducir los costos de cobertura de cuidados de la salud. Para comenzar a planificar, siga estos pasos sencillos:

- Acceda a la [Calculadora de impacto de los CDC](#) para estimar los ahorros potenciales que podría lograr su organización
  - Hable con su proveedor de seguros sobre la cobertura del programa como parte de los beneficios de salud de su empresa
  - Encuentre [proveedores locales del programa](#) y analicen las formas para implementar el programa
- 

## Recursos para empleadores

¿Listo para comenzar? Utilice los materiales de este kit de herramientas para educar a sus empleados sobre los peligros de tener un nivel alto de azúcar en la sangre. Juntos, podemos ayudar a Wisconsin a dar el siguiente paso hacia una mejor salud.