



La diabetes puede ser un problema de salud grave cuando no se diagnostica ni se trata. Si no se controla, puede causar complicaciones importantes, como enfermedades cardíacas, daño nervioso e incluso pérdida de la visión. La buena noticia es que contar con la atención y el apoyo adecuados puede marcar una gran diferencia, y usted tiene acceso a estos servicios sin costo adicional.

El comienzo de un nuevo año es un excelente momento para tomar el control de su salud. Ponemos a su disposición herramientas, recursos y apoyo para acompañarlo en ese proceso.



#### Miembros de Moda Health

Moda le facilita el acceso a una variedad de programas, recursos y servicios de apoyo para la diabetes... ¡sin costo adicional! Aproveche estos beneficios para cuidar su salud y sentirse mejor cada día.

##### Programa de prediabetes (Pre-D)

Si tiene antecedentes familiares de diabetes, le han indicado que presenta riesgo o desea ayuda para mejorar hábitos saludables, nuestro Programa de prediabetes está diseñado para usted. Podrá contactarse con asesores certificados en estilo de vida y acceder a recursos que lo ayudarán a generar cambios duraderos y reducir el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

[Más información](#)



**Programa de control de la diabetes de Teladoc**  
Anteriormente conocido como Livongo, este programa simplifica el cuidado diario de la diabetes. Incluye un medidor de glucosa conectado, tiras reactivas ilimitadas y acceso a asesoramiento en salud, para que el control de la diabetes se adapte más fácilmente a su vida.

[Livongo.com](#)



**Virta Health**  
Virta es una clínica virtual que le brinda un plan personalizado para mejorar su salud a través de la alimentación. Con el apoyo de médicos, asesores y herramientas digitales fáciles de usar, tendrá todo lo que necesita para tomar decisiones más saludables cada día.

[Virtahealth.com](#)

#### ¡Comience hoy mismo!

Solo debe iniciar sesión en su cuenta del [panel para miembros](#) y comenzar a aprovechar los beneficios para la diabetes desde ahora. ¡Que este año le traiga más salud que nunca!

[Inicie sesión en su panel para miembros](#)

#### ¿No tiene cuenta? Crear una es fácil

Acceda a la [página de inicio de sesión del panel para miembros](#), seleccione "Create an account" (Crear una cuenta) y tenga a mano su tarjeta de identificación de miembro para comenzar.

Planes de salud brindados por Moda Health Plans, Inc.



#### Miembros de Kaiser Permanente

Tener una enfermedad crónica como la diabetes no tiene por qué impedirle llevar una vida plena y feliz. Como miembro de Kaiser Permanente, puede acceder a una amplia variedad de recursos que le permiten administrar su enfermedad y tomar el control de su salud.

[Aprende más](#)

##### Ayuda para controlar la prediabetes

A. Los miembros de la Junta de Beneficios para Educadores de Oregón (OEBB) que tienen cobertura de Kaiser Permanente pueden reunir los requisitos para participar sin costo en el programa Omada. Este programa es para los miembros de 18 años o más con riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 o enfermedades cardíacas. Visite [omadahealth.com/oebb](#) para obtener información adicional.

##### Administración de la atención de la diabetes

A. Los miembros de Kaiser Permanente de 18 años o más, recientemente diagnosticados con diabetes o que la padecen desde hace tiempo y desean mejorar su control, pueden trabajar de manera personalizada con el administrador de atención de diabetes de su médico personal (farmacéutico o enfermero). Haga clic aquí para obtener información adicional.  
B. Los miembros de Kaiser Permanente también pueden visitar [www.kp.org/diabetes](#) para conocer cómo vivir bien con diabetes.

##### Clase de nutrición para la diabetes

A. Los miembros de Kaiser Permanente de 18 años o más con diabetes tipo 2 reúnen los requisitos para obtener información adicional sobre cómo la nutrición influye en el control de la diabetes. Este seminario web está a cargo de un dietista registrado. Este taller consta de una sesión de 1 hora de duración. Haga clic aquí para obtener información adicional.

Si no es miembro de Moda o de Kaiser, vea qué opciones para la diabetes le ofrece su plan médico.