

# ¿Qué Significa Eso? - Comer Bocadillos sin Sentir Culpa (para la Diabetes)

Está bien, lo sé no debí haber comido esos chips, pero...

Sabes, el tener diabetes no quiere decir que te sientas culpable de comer bocadillos.

Sólo tienes que contar los carbohidratos y ponerte la insulina para los carbs que comes.

Existe otra buena opción.

Puedes escoger un bocadillo que no suba tu glucosa, como las comidas "libres."

Este programa es únicamente para uso informativo. El editor se exime de todas las garantías en cuanto a la efectividad, integridad o capacidad de este video como fuente para la toma de decisiones médicas. Por favor, consulte a su equipo médico si tiene problemas de salud.

