

Dulces y Diabetes

Una pregunta frecuente de los diabéticos es ¿Puedo comer dulces? La respuesta es SI.

Solo asegúrate de contar los carbohidratos en tu plan de comidas y ajustar tus medicinas, si las tomas.

Los dulces no son una opción saludable para nadie. Debes limitarlos para ocasiones especiales y elije porciones pequeñas.