

A LONG-TERM SOLUTION

Turn the tables on diabetes

The Diabetes Management program can help you maintain your blood sugar levels for **better overall health**.



Normal blood sugar is
80-130 mg/dL¹
 before meals

After meals, it should
 still be less than

180 mg/dL¹

Where do you fall?

The highs and lows of blood sugar

When you have diabetes, it's important to track your blood sugar regularly. By monitoring, you can:

- See if your lifestyle choices are working
- Get immediate feedback
- Collect data your Livongo team can use to help you

Manage your overall health

- Take your medicine
- Eat a balanced diet
- Stay active
- Get enough sleep
- Check your blood sugar



The Diabetes Management program from Livongo provides the support and tools you need to help you reach your health goals. This program can help you get your blood sugar levels under control, which is pretty sweet.



I've got all these great tools. You have the ability to download and have access to all your records. It's really good. I wish I would have started using it a lot longer ago." John S.

Get started with Livongo today

Visit **Join.Livongo.com/UNITEDAG/Register** or call **800-945-4355** or download the app

Use your registration code: **UNITEDAG**

¹<https://medlineplus.gov/bloodglucose.html>

Las comunicaciones del programa Livongo están disponibles en español. Al inscribirse, podrá configurar el idioma que prefiera para las comunicaciones provenientes del medidor y del programa. Para inscribirse en español, llame al 800-945-4355 o visite [HOLA.LIVONGO.COM/UNITEDAG](https://www.hola.livongo.com/UNITEDAG)

The testimonials, statements and opinions presented are applicable to the individuals depicted. Each member's exact results and experience will be unique and individual to each member. The testimonials are voluntarily provided and are not paid.

Program includes trends and support on your secure Livongo account and mobile app but does not include a phone or tablet. You must have an iPhone or Android smartphone and install the Livongo app to participate in the Livongo program.

The content contained in this brochure is provided for informational purposes only and is not to be used or relied on for any diagnostic or medical treatment purposes. This information should not be used as a substitute for professional diagnosis and treatment. Always seek the advice of your physician or other qualified health provider with any questions you may have regarding a medical condition or symptoms. Your individually identifiable health information is protected through federal and state laws, including but not limited to the Health Insurance Portability and Accountability Act ("HIPAA"), and will not be shared with any third party in a manner that violates federal or state laws. Livongo Health Inc. is an independent company contracted by United Agricultural Benefit Trust ("UABT") to provide diabetes management services to their members. UABT expressly disclaims responsibility, and shall have no liability, for any damages, loss, injury, or liability whatsoever suffered as a result of your reliance on the information contained in these materials.

© Teladoc Health, Inc. All rights reserved. Teladoc Health marks and logos are owned by Teladoc Health, Inc. All programs and services are subject to applicable terms and conditions.

UNA SOLUCIÓN A LARGO PLAZO

No se deje ganar por la diabetes

El programa de Manejo de la Diabetes puede ayudarlo a mantener sus niveles de azúcar en sangre para mejorar su salud en general.



El nivel normal de azúcar en sangre es de entre

80y130 mg/dL¹

antes de las comidas

Después de las comidas, aún debe ser inferior a

180 mg/dL¹

¿Cuáles son sus valores?

Los altibajos del azúcar en sangre

Cuando tiene diabetes, es importante hacer un seguimiento regular de su nivel de azúcar en sangre. Al monitorearlo, puede lograr lo siguiente:

- Comprueba si sus opciones de estilo de vida son correctas
- Obtener información inmediata
- Recopilar datos que su equipo de Livongo pueda usar para ayudarlo

Controlar su salud en general

- Tomar sus medicamentos
- Seguir una dieta equilibrada
- Permanecer activo
- Dormir lo suficiente
- Controlar su nivel de azúcar en sangre



El programa de Manejo de la Diabetes de Livongo proporciona el apoyo y las herramientas que necesita para ayudarlo a alcanzar sus objetivos de salud. Este programa puede servirle para controlar sus niveles de azúcar en sangre. Genial, ¿verdad?

“

Tengo todas estas excelentes herramientas. Se puede descargar y tener acceso a todos sus registros. Es muy bueno. Ojalá hubiera empezado a usarlo hace mucho más tiempo.” John S.

Empiece hoy mismo con Livongo

Visite **Hola.Livongo.com/UNITEDAG** o llame al **800-945-4355** o descargue la aplicación

Use su código de registro: UNITEDAG

¹<https://medlineplus.gov/bloodglucose.html>

Los testimonios, declaraciones y opiniones presentados son aplicables a los individuos representados. Los resultados exactos y la experiencia de cada miembro serán únicos e individuales para cada miembro. Los testimonios se proporcionan voluntariamente y no son remunerados.

El programa incluye tendencias y apoyo a través de su cuenta segura de Livongo y la aplicación móvil, pero no incluye un teléfono ni una tablet. Debe tener un teléfono inteligente iPhone o Android e instalar la aplicación Livongo para participar en el programa.

© Teladoc Health, Inc. Todos los derechos reservados. Las marcas y logotipos de Teladoc Health son propiedad de Teladoc Health, Inc. Todos los programas y servicios están sujetos a los términos y condiciones aplicables.