

# Employer Decision Map

## Prevent Diabetes

Is your organization committed to supporting the health and well-being of your team members? Follow this brief journey and learn how to launch the **National Diabetes Prevention Program (National DPP)** as a covered benefit at your workplace.



Centers for Disease Control and Prevention. (2021, December 21). About Prediabetes and type 2 diabetes. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved November 3, 2022, from <https://www.cdc.gov/diabetes/prevention/about-prediabetes.html#:~:text=Diabetes%20Has%20Serious%20Consequences&text=Without%20intervention%2C%20many%20people%20with%20Blindness>

Centers for Disease Control and Prevention. (2021, December 21). How type 2 diabetes affects your workforce. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved November 3, 2022, from <https://www.cdc.gov/diabetes/prevention/how-type2-affects-workforce.html>

Centers for Disease Control and Prevention. (2022, April 14). About the National Diabetes Prevention Program. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved November 3, 2022, from <https://www.cdc.gov/diabetes/prevention/about.html>

Centers for Disease Control and Prevention. (2022, January 24). The facts, stats, and impacts of diabetes. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved November 3, 2022, from <https://www.cdc.gov/diabetes/library/spotlights/diabetes-facts-stats.html#:~:text=37.3%20million%20Americans%E2%80%94about%201%20in%2010%E2%80%94have%20diabetes>

Cost & value. National DPP Coverage Toolkit. (2022, October 26). Retrieved November 3, 2022, from <https://coveragetoolkit.org/cost-value-elements/#:~:text=According%20to%20CDC%2C%20%24500%20is,during%20the%20second%20six%20months>

# The National Diabetes Prevention Program (National DPP) for Employers

## Frequently Asked Questions

### What is the National DPP?

The National Diabetes Prevention Program—or National DPP—is a partnership of public and private organizations working to prevent or delay type 2 diabetes.

The partners work to make it easier for people with prediabetes or at risk for type 2 diabetes to participate in evidence-based, affordable, and high-quality lifestyle change programs to reduce risk of type 2 diabetes and improve overall health.

### What is the DPP Lifestyle Change Program?

The National DPP lifestyle change program is an evidence-based program for adults who have prediabetes or are at risk for type 2 diabetes.

The program runs for 1 year. During the first 6 months, participants will meet about once a week. During the second 6 months, participants will meet twice a month. Staying in the program for the full year is essential to maintaining new habits.

During each session, a certified lifestyle coach leads and educates participants on how to form and maintain positive lifestyle changes such as eating healthier eating, reducing stress, and increasing physical activity.

### Why is this important to my organization?

Type 2 diabetes affects more than 30 million American adults. Your workforce is at risk and without intervention, many people with prediabetes could develop type 2 diabetes within 5 years. Type 2 diabetes is extremely costly and contributes to lower productivity and increased missed days at work. As an employer, you are in a unique position to promote awareness and change.

### How can I prevent type 2 diabetes for my employees?

Preventing type 2 diabetes is typically much cheaper than treating the consequences of the disease. Addressing diabetes in the workplace doesn't need to be costly, but it does need to be strategic. You can help your employees prevent type 2 diabetes by offering National DPP lifestyle change programs as a covered benefit. An employer with 250 employees could save up to \$8,759 over three years. Many insurance companies offer diabetes prevention lifestyle change programs as a covered benefit of your medical plan.

### Does the program really work?

Yes! In fact, the program can help people with prediabetes cut their risk of developing type 2 diabetes in half among adults with prediabetes and by 71% in those aged 60 years or older.

### I'm interested! What are my next steps?

- Start by offering our quick [Risk Assessment Tool](#) (available in English and Spanish).
- Schedule an advising session with Health Links™ to review your organization's risk profile and discuss how you can implement the National DPP as a covered benefit for your employees.
- Talk to your health insurance provider(s) about coverage of CDC-recognized programs.
- Decide on program delivery options (onsite, offsite; in-person, virtual, combination)
- Market the program in a way that appeals to your workforce and their support networks (extending to friends and family increases participation!).
- Include optional incentives and plan after program support.

### What other actions can I take right now?

- Provide awareness education for employees through internal websites, bulletin boards, newsletters, social media, and other available channels.
- Include healthy food and beverage options in vending machines, cafeterias, and at employer sponsored events.



# Maps de decisiones del empresario

## Prevenir la diabetes

¿Está su organización comprometida a apoyar la salud y el bienestar de los miembros de su equipo? Siga este breve recorrido y aprenda a lanzar el Programa **Nacional de Prevención de la Diabetes (National DPP)** como beneficio de salud cubierto en su lugar de trabajo.

### Descubra

Comprenda el impacto de la diabetes tipo 2 en su organización.

#### Sus trabajadores corren el riesgo de padecer diabetes tipo 2.

- **Dato:** 96 millones de adultos estadounidenses tienen prediabetes y la mayoría no lo sabe
- **Realidad:** La prediabetes y la diabetes tipo 2 cuestan a las empresas miles de millones de dólares al año en gastos médicos directos y la pérdida de productividad.
- En el lugar del trabajo, la diabetes tipo 2 afecta a la salud y el bienestar general de los empleados, y a su cuenta de resultados.

#### La diabetes es cara. La prevención es económica.

- **Dato:** Un empleado con diabetes tipo 2 cuesta su plan médico una media de 16.750 dólares al año, lo cual es 2,3 veces más que el promedio.
- **Realidad:** Ofrecer el programa DPP como beneficio cubierto es económico, ya que cuesta ~500 dólares por empleado al año. Puede reducir la mitad el riesgo de que una persona contraiga diabetes tipo 2 y reducir las afecciones graves asociados a la prediabetes.

#### Usted puede ayudar. Generar conciencia hoy mismo.

- ¡Prevenir la diabetes tipo 2 es posible! El lugar de trabajo tiene un papel en la prevención de la diabetes tipo 2.
- ¿Quiere saber cuántos empleados corren riesgo? Pida a los empleados que realicen nuestra rápida **Herramienta de Evaluación de Riesgos** (disponible en español y inglés)

#### ¿Debe ofrecer el DPP nacional como cobertura sanitaria?

Decidir si se cubre el DPP Nacional como beneficio de salud cubierto.

- Pónganse en contacto con su asesor de Health Links® para **programar una sesión de asesoramiento** sobre prevención de la diabetes (cita virtual de 30 minutos)
- Su asesor puede ayudarle a aprovechar los recursos locales y nacionales, a comprender los gastos y las opciones, y a aprender a poner en marcha con éxito el DPP Nacional en su lugar de trabajo.
- Revise los beneficios de su plan médico para conocer la cobertura del DPP Nacional

#### Estamos preparados para ofrecer el DPP Nacional como beneficio cubierto.

- Considerar las opciones y métodos de implementación del programa (presencial o no; virtual o a distancia)
- Ayude a los miembros de su equipo a inscribirse en el programa.

### Actuar

Dé el siguiente paso para aplicar el DPP Nacional en su lugar de trabajo.

#### Asegúrese de que los empleados participan en el programa.

- Una vez que esté preparado para ofrecer el DPP Nacional como beneficio cubierto, acceda a estas **útiles herramientas** del CDC para promover y mantener su programa.

Centers for Disease Control and Prevention. (2021, December 21). About Prediabetes and type 2 diabetes. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved November 3, 2022, from <https://www.cdc.gov/diabetes/prevention/about-prediabetes.html#:~:text=Diabetes%20Has%20Serious%20Consequences&text=Without%20intervention%2C%20many%20people%20with%20Blindness>

Centers for Disease Control and Prevention. (2021, December 21). How type 2 diabetes affects your workforce. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved November 3, 2022, from <https://www.cdc.gov/diabetes/prevention/how-type2-affects-workforce.html>

Centers for Disease Control and Prevention. (2022, April 14). About the National Diabetes Prevention Program. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved November 3, 2022, from <https://www.cdc.gov/diabetes/prevention/about.html>

Centers for Disease Control and Prevention. (2022, January 24). The facts, stats, and impacts of diabetes. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved November 3, 2022, from <https://www.cdc.gov/diabetes/library/spotlights/diabetes-facts-stats.html#:~:text=37.3%20million%20Americans%E2%80%94about%201%20in%2010%E2%80%94have%20diabetes>

Cost & value. National DPP Coverage Toolkit. (2022, October 26). Retrieved November 3, 2022, from <https://coveragetoolkit.org/cost-value-elements/#:~:text=According%20to%20CDC%2C%20%24500%20is,during%20the%20second%20six%20months>

# El Programa Nacional de Prevención de la Diabetes (National DPP) para empresarios

## Preguntas más frecuentes

### ¿Qué es el DPP Nacional?

El Programa Nacional de Prevención de la Diabetes, o DPP Nacional, es una asociación de organizaciones públicas y privadas que trabajan para prevenir o retrasar la diabetes de tipo 2.

Los socios trabajan para facilitar que las personas con prediabetes o con riesgo de diabetes tipo 2 participen en programas. Para reducir el riesgo de diabetes tipo 2 y mejorar la salud en general los programas son basados en evidencias, asequibles y de alta calidad

### ¿Qué es el programa de cambio de estilo de vida DPP?

El programa nacional de cambio de estilo de vida DPP es un programa basado en evidencias para adultos con prediabetes o con riesgo de padecer diabetes de tipo 2.

El programa tiene una duración de 1 año. Durante los primeros 6 meses, los participantes se reunirán aproximadamente una vez a la semana. Durante los segundos 6 meses, los participantes se reunirán dos veces al mes. Para mantener los nuevos hábitos es importante permanecer en el programa por todo el año.

Durante cada sesión, un entrenador certificado dirige y educa a los participantes sobre cómo formar y mantener cambios positivos en el estilo de vida, como comer sano, reducir el estrés y aumentar la actividad física.

### ¿Por qué es importante para mi organización?

La diabetes tipo 2 afecta a más de 30 millones de adultos estadounidenses. Su fuerza laboral está en riesgo y, sin intervención, muchas personas con prediabetes podrían desarrollar diabetes tipo 2 en un plazo de 5 años. La diabetes tipo 2 es extremadamente costosa, reduce la productividad y aumenta días de trabajo perdidos. Como empresario, se encuentra en una posición única para promover la concienciación y el cambio.

### ¿Cómo puedo prevenir la diabetes tipo 2 entre mis empleados?

Prevenir la diabetes de tipo 2 suele ser mucho más barato que tratar las consecuencias de la enfermedad. Abordar la diabetes en el lugar de trabajo no tiene por qué ser costoso, pero sí estratégico. Puede ayudar a sus empleados a prevenir la diabetes tipo 2 ofreciendo programas de cambio de estilo de vida del National DPP como un beneficio de salud. Una empresa con 250 empleados podría ahorrar hasta 8.759 dólares en tres años. Muchas compañías de seguros ofrecen programas de cambio de estilo de vida para la prevención de la diabetes como beneficio de salud cubierto.

### ¿El programa funciona?

¡Sí! De hecho, en 71% de los mayores de 60 años el programa ayuda a las personas con prediabetes a reducir la mitad el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

### Me interesa. ¿Cuáles son mis próximos pasos?

- Ofrezca nuestra [Herramienta de Evaluación de Riesgos](#) rápida (disponible en español y inglés).
- Programe una sesión de asesoramiento con Health Links™ para revisar el perfil de riesgo de su organización y discutir cómo puede implementar el DPP Nacional como un beneficio cubierto para sus empleados.
- Hable con su(s) proveedor(es) de seguro médico sobre la cobertura de los programas reconocidos por los CDC.
- Decida las opciones de implementación del programa (presencial o no; virtual o a distancia, combinación)
- Promocione el programa en una manera atractiva para los trabajadores y sus redes de apoyo (bride la invitación a amigos y familiares para aumentar participación)
- Incluya incentivos y planifique el apoyo posterior al programa.

### ¿Qué otras medidas puedo tomar ahora mismo?

- Generar conciencia sobre el programa por sitios web internos, tableros de anuncios, boletines, redes sociales y otros canales.
- Incluya opciones de alimentos y bebidas saludables en máquinas expendedoras, cafeterías y eventos patrocinados por la empresa.