

Appendix 3. Materials for in-person focus groups with the primary audience

Table of Contents

- Summary of in-person testing procedures
- Information Sheet for Participants (to be administered in Spanish; an English version is included for reference)
- Moderator's Guide (to be administered in Spanish; an English version is included for reference)
- Spanish language materials to be tested

In-person testing procedures

Most consumers and all family members will take part in in-person focus groups. When they arrive at the focus group facility, they will be asked to read the information sheet prior to the commencement of the focus group.

Throughout the discussion, the moderator will show, on printed pieces of paper, the messages being tested. These will be shown and discussed individually. Once the group is finished discussing a message, the piece of paper will be placed in the middle of the table and the next piece will be reviewed.

In the pages that follow, the messages (as they will be shown to in-person participants) are presented.

[Note: The Spanish version will be provided to focus group participants]

Análisis de mensajes en español

Información sobre la discusión

- FHI 360, una organización sin fines de lucro, ha sido contratada para desarrollar mensajes en español sobre la prevención de la diabetes. Estamos hablando con personas como usted para saber sus opiniones sobre algunos temas relacionados a este trabajo.
- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (también conocidos como los CDC) usarán esta información para fomentar la salud de hispanos en los Estados Unidos.
- Le estamos pidiendo que pase más o menos 90 minutos hablando con nosotros.
- Tomará parte en una conversación con un facilitador y unas 8 o 9 personas más para un total de 9 a 10 personas. Otras personas que están trabajando en este proyecto podrían estar escuchando. Ellos van a tomar notas o escuchar lo que usted dice.
- No le preguntaremos nada personal. Tampoco compartiremos con otras personas ninguna información que le pueda identificar. Vamos a combinar las opiniones de todos los participantes. No usaremos su nombre.
- No recibirá ningún beneficio directo por participar. Pero nos ayudará a crear mejores materiales y contenido.
- Recibirá una tarjeta de regalo de \$75 para mostrarle apreciación por su tiempo. No tiene que participar. Puede hacer preguntas en cualquier momento. También puede no contestar cualquier pregunta. No le preguntaremos por qué no desea contestar. Puede dejar de participar en cualquier momento.
- Grabaremos esta conversación. Esta grabación en audio solo la usará nuestro equipo para saber qué pasó en la conversación. La borraremos cuando termine este proyecto.
- Para proteger la privacidad de los otros participantes en el grupo, le pedimos que no comparta lo que hablemos hoy con otras personas.

Si tiene alguna pregunta, por favor comuníquese con:

- [Name] al [Contact phone and e-mail]

[Note: This English translation is provided for reference only]

Testing of Messages in Spanish

Information About The Discussion

- FHI 360, a non-profit organization, has a contract to develop messages about diabetes prevention in Spanish. We are talking to people like you to get your opinions on some topics related to this work.
- The Centers for Disease Control and Prevention (also known as CDC) will use this information to promote the health of Hispanics in the United States.
- We are asking you to spend about 90 minutes talking to us.
- You will be part of a discussion with a facilitator and 8 or 9 other people for a total of 9 or 10 people. Other people working on this project may be listening. They will be taking notes or hearing what you have to say.
- We will not ask you anything personal. We will not share with others any information that may identify you. We will combine the opinions of all participants. We will not include your name.
- You will not receive any direct benefit for participating. But being part of this will help us create better content.
- A \$75 gift card will be provided to you to show appreciation for your participation. You do not have to answer every question. We will not ask you why you do not want to answer. You may ask questions. You can stop participating at any time.
- We will record our discussion. The audio recording will be used only by our team to know what happened. It will be destroyed when the project ends.
- To help protect the privacy of the other participants in the group, we ask that you not share with others what we discuss today.

If you have any questions, please contact:

- [Name] at [Contact phone and e-mail]

Testing Spanish-language Messages for the National Diabetes Prevention Program (National DPP)

Guía para el moderador para grupos de discusión con consumidores hispanos que están en riesgo

Sección	Tema	Tiempo (en minutos)
I	Introducción	2
II	Presentación de los participantes	6
III	Objetivo	4
IV	Conocimiento del tema y búsqueda de información	8
V	Reacciones a la prediabetes y mensajes del programa	34
VI	Reacciones a las llamadas a la acción	10
VII	Reacciones a los mensajes temáticos de por qué prevenir el T2	15
VIII	Reacciones generales al programa de cambio de estilo de vida del National DPP	5
IX	Cierre	1
TOTAL		90

I. Introducción

(2 minutos)

A. Introducción

- *Introducción del moderador*
- *Bienvenida a los participantes*

Notificación al participante sobre el estimado de carga

Se estima que el tiempo de reporte público para esta recopilación de información es un promedio de 90 minutos por respuesta, incluyendo el tiempo para revisar las instrucciones, investigar las fuentes de datos existentes, recopilar y mantener los datos necesarios, completar y revisar la recopilación de información. Una agencia no puede realizar ni patrocinar, y no se requiere de ninguna persona que responda a ninguna recopilación de información, a menos que muestre un número de control actualmente válido de la Oficina de Administración y Presupuesto (OMB por sus siglas en inglés). Envíe los comentarios sobre el estimado de esta carga o sobre cualquier otro aspecto de esta recopilación de información, incluyendo sugerencias para reducir este tiempo, a: CDC/ATSDR, Information Collection Review Office, 1600 Clifton Road NE, MS D-74, Atlanta, GA 30333, ATTN: PRA (0920-0572).

B. Detalles de procedimiento

- *Grabación del audio (hable uno a la vez)*
- *Las grabaciones del audio se usarán para escribir un reporte. No compartiremos las grabaciones con personas que no están incluidas en el proyecto. Será confidencial todo lo que digan a la medida que lo permita la ley. NO usaremos su nombre en el reporte o en las grabaciones. Guardaremos las grabaciones en un servidor protegido por contraseña. Se destruirán las grabaciones en diciembre de 2016.*
- *Espejo unidireccional*
- *Refrigerios*
- *Los baños (salgan uno a la vez)*
- *Apaguen sus celulares*

II. Presentación de los participantes

(6 minutos)

Ahora me gustaría que todos se presenten, uno a la vez cuando sea su turno, por favor díganos:

- Su nombre
- Algo que usted sabe sobre la diabetes que le preocupa

III. Objetivo

(4 minutos)

Ustedes están aquí para tomar parte en un grupo de discusión. Es una discusión para dar sus opiniones – como una encuesta pero con preguntas generales.

Este grupo de discusión es patrocinado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, también conocido como los CDC.

Les hemos pedido que tomen parte en esta discusión para darnos sus opiniones sobre algunos materiales para un programa de prevención de la diabetes. Durante la discusión hoy, les mostraré algunas imágenes, mensajes y otros materiales. Después de verlos, les haré algunas preguntas para oír sus opiniones.

Sus comentarios hoy les ayudarán a los CDC y a sus socios a saber cómo pueden comunicarse mejor sobre un programa de prevención de la diabetes. Por ejemplo, sus comentarios pueden ayudarles a los CDC y a sus socios a determinar cómo presentar información impresa o en su sitio web.

Personalmente, no tomo parte en el desarrollo de comunicaciones o materiales de los CDC, así que pueden sentirse cómodos en decirme lo que verdaderamente piensan.

No me van a ofender si no les gusta lo que les muestro. Todos sus comentarios, ya sean positivos o negativos, serán de gran ayuda.

¿Tienen alguna pregunta?

Antes de empezar, permítanme preguntar lo siguiente:

1. Antes de que les contactaran para este estudio, ¿ustedes habían oído de los CDC o los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades? **(60f)**
 - a. Sí
 - b. No

2. ¿Han oído acerca del [Programa Nacional de Prevención de la Diabetes]? **(16c)**
 - a. [Si “sí”] ¿Qué me puede contar sobre el Programa Nacional de Prevención de la Diabetes, o National DPP, como le llamaré a partir de ahora? **(17c)**

IV. Conocimiento del tema y búsqueda de información

(8 minutos)

Antes de mostrarles algunos materiales o información específica, quisiera que hablemos primero un poco sobre el tema de la diabetes y la prevención de la diabetes, en general.

1. ¿Han oído acerca de [estar “en riesgo” de tener diabetes]? **(16c)**
 - a. ¿Qué me puede contar sobre [qué significa estar “en riesgo” de tener diabetes]? **(17c)**

2. ¿Han oído acerca de la [prediabetes]? **(16c)**
 - a. ¿Qué me puede contar sobre la [prediabetes]? **(17c)**

3. ¿Sus médicos alguna vez les han hablado sobre [la prevención de la diabetes]? **(70d)**
 - a. ¿Qué les dijo su médico? **(70d)**
 - b. ¿Alguien más ha hablado con ustedes sobre la prevención de diabetes? Si “sí”, ¿quién fue?

4. ¿[La prevención de la diabetes] es un tema sobre el cuál ustedes buscan información? Si “sí”, ¿cómo? **(72d)**
 - a. ¿Qué tipo de información buscan? **(72d)**
 - b. ¿Dónde buscan o buscarían esta información? **(72d)**
 - c. ¿A qué lugar o a quién irían primero para encontrar esta información? **(72d)**

V. Reacciones a la prediabetes y mensajes del programa

(34 minutos)

SEE APPENDIX 2 FOR MESSAGES

Les quiero mostrar algunos mensajes y oír sus reacciones. **[MUESTRA PRIMER MENSAJE]**

1. En sus propias palabras, ¿cuál es la idea principal de este mensaje? **(1d)**
 - a. ¿Qué tan bien se comunica la idea principal? **(2d)**
 - b. ¿Es una idea nueva para usted o algo que había oído antes? **(12d)**
2. En pocas palabras, ¿cuál es su impresión de este mensaje? ¿Les gusta? ¿No les gusta? ¿Por qué? **(7d)**
3. Si ustedes vieran u oyeran este mensaje, ¿les llamaría la atención? ¿Por qué sí o por qué no? **(30d)**
 - a. ¿Hay alguna palabra o frase aquí que piensan es particularmente llamativa o atractiva? **(31d)**
4. ¿Este mensaje les motiva a hacer algo? **(1f)**
 - a. ¿Les motiva a tomar alguna acción? **(1f)**
 - b. ¿Les haría pensar más en la importancia de [la prevención de la diabetes]? **(2f)**
5. ¿Es creíble el mensaje? ¿Por qué sí o por qué no? **(15d)**
 - a. [Si no es creíble] ¿Qué información adicional necesitaría para hacer este mensaje más creíble? **(17d)**
6. ¿Les gusta cómo está escrito? [Investiga: tono, lenguaje/estilo, etc.] ¿Es fácil de leer? **(28d)**
 - a. ¿Hay algo confuso, poco claro o difícil de entender? **(6d)**
 - b. ¿Hay alguna palabra o frase que les incomoda o que creen se debería decir de otra forma? **(32d)**
7. ¿Cómo se podría mejorar el mensaje? **(33d)**
 - a. ¿Qué cambios harían ustedes para que el mensaje sea más efectivo? **(120d)**
[Investiga: ¿para que sea más atractivo para un hombre/una mujer como usted? ¿para hacerle pensar que sí se puede? ¿para hacerle saber que esto puede ser importante para su familia o su comunidad? ¿para decirle que otras personas en su comunidad lo han hecho? ¿para decirle que las personas que son importantes para usted piensan que es importante saber esta información?]

- b. ¿Hay alguna forma diferente de decir este mensaje que haría más posible que usted lo note y piense en el mensaje? ¿Por qué ayudaría? (34d)
- c. ¿Hay alguna información que quiere saber que este mensaje no le dice? (29d)
- d. ¿Hay algo que se puede cambiar para motivarlo más a [participar en un programa de cambio de estilo de vida del National DPP]? (10f).

[PARA LOS MENSAJES CON ALTERNATIVAS] Ahora permítanme mostrarles algo similar....

Haz las preguntas 2, 5, 6, y 7

[REPITE LAS PREGUNTAS ANTERIORES, DONDE CORRESPONDA, CON CADA MENSAJE QUE ESTÁS PROBANDO CON ESTE GRUPO]

VI. Reacciones a las llamadas a la acción (10 minutos)

SEE APPENDIX 2 FOR MESSAGES

Ahora les quiero mostrar algunas ideas para “Llamadas a la acción”. Son palabras que están al final de un folleto o poster o algo que le da su médico u otro profesional de salud, que le ayuda a saber dónde encontrar más información o tomar una acción.

Quiero oír sus reacciones a algunas de estas llamadas a la acción.

Reacciones a las llamadas a la acción

Moderador: Quiero empezar por mostrarles lo siguiente **[MUESTRA PRIMERA LLAMADA A LA ACCIÓN – CAMBIA EL ORDEN POR GRUPO]**

En general

1. ¿Qué piensan de esta idea? (45d)
 - a. ¿Cómo le hace sentir? (11d) [Escucha para reacciones positivas/negativas]
2. En sus propias palabras, ¿cuál es la idea principal de este mensaje? (1d)
3. ¿Hay algo confuso, poco claro o difícil de entender? (6d)
4. ¿Les gusta cómo está escrito? [Investiga: tono, lenguaje/estilo, etc.] ¿Es fácil de leer? (28d)

[REPITE LAS PREGUNTAS ANTERIORES, DONDE CORRESPONDA, CON CADA UNA DE LAS LLAMADAS A LA ACCIÓN]

VII. Reacciones a los mensajes temáticos de por qué prevenir el T2 (15 minutos)

[SIEMPRE MUESTRA 1 Y 2 Y CAMBIA LA TERCERA OPCIÓN; EL ORDEN ROTARÁ]

SEE APPENDIX 2 FOR MESSAGES

Hemos pasado mucho tiempo conversado sobre la prediabetes y el programa de cambio de estilo de vida del National DPP. Como les mencioné, este programa existe y miles de personas han participado y han mejorado su salud.

Ahora quiero oír sus reacciones a algunas de las razones para prevenir el T2 o la diabetes tipo 2. Luego, quiero oír otras razones por las cuales quieren prevenir la diabetes tipo 2.

Reacciones a los mensajes temáticos

Moderador: Quiero empezar por mostrarles lo siguiente **[MUESTRA PRIMER TEMA – CAMBIA EL ORDEN POR GRUPO]**

En general

1. ¿Qué piensan de esta idea? **(45d)**
 - a. ¿Cómo les hace sentir? **(11d)** [Escucha para reacciones positivas/negativas]
2. En sus propias palabras, ¿cuál es la idea principal de este mensaje? **(1d)**
3. ¿Hay algo confuso, poco claro o difícil de entender? **(6d)**
4. ¿Les gusta cómo está escrito? [Investiga: tono, lenguaje/estilo, logo/eslogan, etc.] ¿Es fácil de leer? **(28d)**

[REPITE LAS PREGUNTAS ANTERIORES, DONDE CORRESPONDA, CON CADA UNO DE LOS TEMAS]

Después de mostrarle todos los temas al grupo

Ahora quiero mostrarles otra vez todos los temas que hemos discutido.

[Muestra los temas otra vez]

1. Pensando en los temas que hacen falta... ¿hay otras razones por las cuales ustedes intentarían prevenir la diabetes tipo 2? ¿Por qué son importantes?

[HAZ UNA LISTA, DISTRIBUYE PAPEL Y PÍDELES QUE CADA PERSONA ESCRIBA LOS NÚMEROS DE SUS TRES RAZONES FAVORITAS DE LA LISTA EN EL PAPEL. RECOGE LOS PAPELES.]

VIII. Reacciones generales al programa de cambio de estilo de vida del National DPP (5 minutos)

Ya casi terminamos. Para concluir, quiero hacerles algunas preguntas sobre sus reacciones en general al programa de cambio de estilo de vida del National DPP, basado en nuestra conversación y en lo que vimos hoy.

1. ¿Cuán atractivo les es este programa cómo una manera de controlar [el riesgo de tener la diabetes]? **(46d)**
2. ¿Se ven a ustedes mismos haciendo el programa...o algo parecido? ¿Por qué sí o por qué no? **(26d)**

Finalmente...

3. Si usted quisiera convencer a un amigo a [participar en un programa de cambio de estilo de vida del National DPP], ¿qué le diría? **(94d)**
 - a. Pregúntales sobre los beneficios y las maneras de superar las barreras.

IX. Cierre

(1 minuto)

De las gracias a los participantes.

Testing Spanish-language Messages for the National Diabetes Prevention Program (National DPP)

Moderator's Guide for Focus Groups with Spanish-language Dominant At-Risk Consumers

Section	Topic	Time (in minutes)
I	Introduction	2
II	Self-Introductions	6
III	Purpose	4
IV	Awareness of Topic Area and Information Seeking	8
V	Reactions to Prediabetes and Program Messages	39
VI	Reactions to Call to Action Messages	10
VII	Reactions to Reasons to Prevent T2 Thematic Messages	15
VIII	Overall reactions to the National DPP Lifestyle Change Program	5
IX	Wrap-up	1
TOTAL		90

I. Introduction (2 minutes)

A. Introduction

- *Moderator's introduction*
- *Welcome participants*

B. Procedural Details

- *Audio recording (speak one at a time)*
- *The audio recordings will be used to help in writing a summary report. No one outside of this project will listen to the recordings. We will keep what you say secure to the extent permitted by law. We will NOT put your name in the report or on the recordings. We will keep the recordings on a password-protected portion of our server. The recordings will be destroyed by December 2016.*
- *One-way mirror*
- *Refreshments*
- *Restrooms (leave one at a time)*
- *Turn off cell phones and pager*

Public Reporting Burden Statement

Public reporting burden of this collection of information is estimated to average 90 minutes per response, including the time for reviewing instructions, searching existing data sources, gathering and maintaining the data needed, and completing and reviewing the collection of information. An agency may not conduct or sponsor, and a person is not required to respond to a collection of information unless it displays a currently valid OMB control number. Send comments regarding this burden estimate or any other aspect of this collection of information, including suggestions for reducing this burden to CDC/ATSDR Information Collection Review Office, 1600 Clifton Road NE, MS D-74, Atlanta, Georgia 30333; ATTN: PRA (0920-0572).

II. Self-Introductions (6 minutes)

We're going to go around the room briefly to allow everyone to introduce himself. When it's your turn, please tell us:

- Your first name
- Something you know about diabetes that troubles you

III. Purpose (4 minutes)

You're here today to take part in a focus group. It's a discussion to find out your opinions – like a survey, but with broad, general questions.

This focus group is being sponsored by the Centers for Disease Control and Prevention, also known as the CDC.

We've asked you to be in this discussion to get your feedback on some materials related to a diabetes prevention program. During our discussion today, I will show you some images, messages and other materials. After I show them to you, I will ask you a few questions to get your reactions.

What you tell us today will help CDC and its partners know how they can better communicate about a diabetes prevention program. For example, it may help determine how CDC and its partners present information on print materials or on their website.

Personally I have no part in developing any communications or materials from CDC, so feel free to tell me what you really think. It will not hurt my feelings if you don't like what I show you. All of your comments, positive or negative, will be very helpful.

Do any of you have any questions?

Before we get started let me begin by asking:

3. Before being contacted for this study, had you ever heard of CDC or the Centers for Disease Control and Prevention? **(60f)**
 - a. Yes
 - b. No
4. Have you heard of [the National Diabetes Prevention Program]? **(16c)**
 - a. [IF SOMEONE HAS HEARD OF IT] What can you tell me about [the National Diabetes Prevention Program, or the National DPP as I am going to call it from here on out]? **(17c)**

IV. Awareness of Topic Area and Information Seeking (8 minutes)

Before we look at some specific materials or information, I would like us to start by talking, in general, a little bit about the topic of diabetes and diabetes prevention.

5. Have you ever heard of [being “at risk” for diabetes]? **(16c)**
 - a. What can you tell me about [what it means to be “at risk” for diabetes]? **(17c)**

6. Have you ever heard of [prediabetes]? **(16c)**
 - a. What can you tell me about [prediabetes]? **(17c)**

7. Has your doctor talked with you about [diabetes prevention]? **(70d)**
 - a. What did he or she tell you? **(70d)**
 - b. Has anyone else talked to you about diabetes prevention? If so, who? **[PROBE TO ADD LATER]**

8. Is [diabetes prevention] a topic on which you seek out information? If so, how? **(72d)**
 - a. What type of information are you seeking? **(72d)**
 - b. Where might you seek out information? **(72d)**
 - c. Where or who would you turn first for information? **(72d)**

V. Reactions to Prediabetes and Program Messages (39 minutes)

SEE APPENDIX 2 FOR MESSAGES

I would like to show you several messages and get your reactions. **[SHOW FIRST MESSAGE]**

8. What is the main idea that this message is trying to get across, in your own words? **(1d)**
 - a. How well do you think the main idea comes across? **(2d)**
 - b. Was this a new idea or something that you’ve heard before? **(12d)**

9. How would you sum up in just a few words your impression of this message? Do you like it? Not like it? What makes you say that? **(7d)**

10. If you saw or heard this message, would it get your attention? Why or why not? **(30d)**
 - a. Are there any words or phrases here that you think are especially attention-getting or appealing? **(31d)**

11. Does this message make you want to do anything? **(1f)**
- a. Does this motivate you to take action? **(1f)**
 - b. Would it make you think more about the importance of [diabetes prevention]? **(2f)**
12. Is this message believable or not? Why or why not? **(15d)**
- a. [If not believable] What additional information would you need in order to more strongly believe this message? **(17d)**
13. Do you like the way it is written? [Probe: tone, language/style, etc.] Is it easy to read? **(28d)**
- a. Is there anything confusing, unclear, or hard to understand? **(6d)**
 - b. Are there any words or phrases that bother you or that you think should be said differently? **(32d)**
14. How could this message be improved? **(33d)**
- a. What could be changed to make it more effective? **(120d)** [Probe on: make it more appealing to men/women like you? Make you think that you can do this? Make you know that this might be important to your family or your community? Let you know that others in your community have done this? Let you know that people who are important to you think this is important to know?]
 - b. Is there a way to say this differently that would make you personally more likely to notice and think about the message? Why would this help **(34d)**
 - c. Is there anything you want to know that this item does not tell you? **(29d)**
 - d. Is there anything that could be changed to make it more likely you would be motivated to [participate in the National DPP lifestyle change program]? **(10f).**

[FOR MESSAGES WITH ALTERNATES] Now let me show you something similar....

Ask questions 2, 5, 6, and 7

[REPEAT ABOVE QUESTIONS, AS APPLICABLE, WITH EACH MESSAGE BEING TESTED WITH GROUP]

VI. Reactions to Call to Action Messages (10 minutes)

SEE APPENDIX 2 FOR MESSAGES

Now I would like to show you several ideas for what we call “Calls to Action.” They are the words at the end of a brochure, or a poster, or on something you get from a doctor or another health professional, for example, that help you know where you can go for more information or to move forward.

I would like to get your reaction to several of these.

Reactions to Calls to Action

Moderator: I would like to start by showing you the following [SHOW FIRST CALL TO ACTION – ROTATE ORDER BY GROUP]

Overall

5. What do you think of this idea? **(45d)**
 - a. How does it make you feel **(11d)** [Listen for positive/negative reactions]
6. What is the main idea that this message is trying to get across, in your own words? **(1d)**
7. Is there anything confusing, unclear or hard to understand? **(6d)**
8. Do you like the way it is written? [Probe: tone, language/style, etc.] Is it easy to read? **(28d)**

[REPEAT ABOVE QUESTIONS, AS APPLICABLE, WITH EACH OF THE CALLS TO ACTION]

VII. Reactions to Reasons to Prevent T2 Thematic Messages (15 minutes)

[ALWAYS SHOW 1 AND 2 AND ROTATE IN A THIRD OPTION; ORDER WILL BE ROTATED]

SEE APPENDIX 2 FOR MESSAGES

We have spent a lot of time talking about prediabetes and the National DPP lifestyle change program. This program, as I mentioned, does exist and thousands of people have successfully gone through it and have gotten healthier.

I would now like to get your reactions to some of the reasons why people prevent T2, or type 2 diabetes. After that, I would like to hear some other reasons why you want to prevent type 2 diabetes.

Reactions to Themes

Moderator: I would like to start by showing you the following [**SHOW FIRST THEME – ROTATE ORDER BY GROUP**]

Overall

1. What do you think of this idea? **(45d)**
 - a. How does it make you feel **(11d)** [Listen for positive/negative reactions]
2. What is the main idea that this message is trying to get across, in your own words? **(1d)**
 - a. Would you say that the message is clear if it was said this way [show alternate language]? Why do you say that?
3. Is there anything confusing, unclear or hard to understand? **(6d)**
4. Do you like the way it is written? [Probe: tone, language/style, logo/tagline etc.] Is it easy to read? **(28d)**

[REPEAT ABOVE QUESTIONS, AS APPLICABLE, WITH EACH OF THE THEMES]

After all have been shown

Now I would like to show you all of the themes we have discussed again.

[Show themes again]

2. Please think about what is missing...Are there other reasons that you would try to prevent type 2 diabetes? Why is that important?

[GET A LIST, THEN HAND OUT PAPER AND ASK EACH PERSON TO WRITE THE NUMBER OF THEIR TOP THREE FROM THE LIST ON THE PAPER. COLLECT THE PAPER]

VIII. Overall reactions to the National DPP Lifestyle Change Program (5 minutes)

We are almost done. To finish, I would like to ask you a few questions about your general reactions to the National DPP lifestyle change program based on what we have seen and discussed today.

4. How appealing is it to you as a way to control [the risk of developing diabetes]? **(46d)**
5. Do you see yourself doing this...or something like it? Why/why not? **(26d)**

Finally...

6. If you were trying to influence a friend to [participate in the National DPP lifestyle change program], what would you say? **(94d)**
 - a. Probe for benefits and way to overcome barriers.

IX. WRAP-UP (1 minute)

Thank Participants.

Bienvenidos al Grupo de Discusión

[DATE HERE]

Comenzaremos a las XX:XXpm

Notificación al participante sobre el estimado de carga

Se estima que el tiempo de reporte público para esta recopilación de información es un promedio de 90 minutos por respuesta, incluyendo el tiempo para revisar las instrucciones, investigar las fuentes de datos existentes, recopilar y mantener los datos necesarios, completar y revisar la recopilación de información. Una agencia no puede realizar ni patrocinar, y no se requiere de ninguna persona que responda a ninguna recopilación de información, a menos que muestre un número de control actualmente válido de la Oficina de Administración y Presupuesto (OMB por sus siglas en inglés). Envíe los comentarios sobre el estimado de esta carga o sobre cualquier otro aspecto de esta recopilación de información, incluyendo sugerencias para reducir este tiempo, a: CDC/ATSDR, Information Collection Review Office, 1600 Clifton Road NE, MS D-74, Atlanta, GA 30333, ATTN: PRA (0920-0572).

Tener prediabetes significa que su nivel de glucosa (azúcar) en la sangre es más alto que lo normal, pero no tan alto como para considerarse diabetes.

Uno de cada ocho hispanos mayores de 20 años tiene diabetes, más que el nivel nacional (uno de cada diez adultos).

Varios factores hacen más alto el riesgo de tener prediabetes y diabetes tipo 2, incluido el sobrepeso, la falta de actividad física y tener o haber tenido familiares con diabetes (causas genéticas).

Alternativas:

Hay más hombres que tienen diabetes que mujeres.

Los hispanos tienen más riesgo de diabetes que algunos otros grupos raciales.

Aunque tenga algunos de estos factores, usted puede prevenir la diabetes tipo 2.

Aunque tenga algunos de estos factores, usted puede prevenir o retrasar la diabetes tipo 2.

Usted puede tener prediabetes y el riesgo alto de tener diabetes tipo 2 si:

- Tiene sobrepeso.
- Tiene más de 45 años.
- Su padre, madre o algún hermano tiene o tenía diabetes tipo 2.
- Hace actividad física menos de 3 veces a la semana.
- Dio a luz a un bebé que pesó más de 9 libras (4.08 kg).
- Tuvo diabetes durante un embarazo (diabetes gestacional).

Alternativas:

Hay más hombres que tienen diabetes que mujeres.

Uno de cada ocho hispanos mayores de 20 años tiene diabetes, más que el nivel nacional (uno de cada diez adultos).

Aunque tenga algunos de estos factores, usted puede prevenir la diabetes tipo 2.

Aunque tenga algunos de estos factores, usted puede prevenir o retrasar la diabetes tipo 2.

Una persona con prediabetes tiene más riesgo de tener diabetes tipo 2, enfermedades del corazón y derrame cerebral. Estas afecciones pueden tener grandes consecuencias en su salud y bienestar, y también en el bienestar de su familia.

Uno de cada tres adultos en los Estados Unidos tiene prediabetes. Es decir, ¡86 millones de personas! Nueve de cada diez ni siquiera saben que la tienen. Las personas que tienen prediabetes tienen más riesgo de tener diabetes tipo 2 o sufrir un ataque al corazón o un derrame cerebral.

No deje que el “pre” en “prediabetes” lo engañe. Es un problema serio y usted puede evitar que pase de tener prediabetes a tener diabetes tipo 2.

Alternativas:

El “pre” en prediabetes significa que todavía no tiene diabetes tipo 2. Usted puede hacer cambios en su vida para prevenir o retrasar la diabetes tipo 2.

Cuanto más pronto sepa que tiene prediabetes, más pronto podrá hacer algo para bajar sus chances de tener diabetes tipo 2 o sufrir un ataque al corazón o un derrame cerebral.

El tener prediabetes no quiere decir que va a tener diabetes tipo 2. A menudo la prediabetes se puede eliminar.

Alternativa:

Puede evitar que la prediabetes se convierta en diabetes tipo 2. A menudo la prediabetes se puede revertir.

Un programa de cambio de estilo de vida reconocido por los CDC incluye:

- Un currículo aprobado por los CDC con sesiones, folletos y otros recursos para ayudarlo a hacer cambios saludables.
- Un instructor del cambio de estilo de vida, especialmente capacitado para enseñar el programa, ayudarlo a aprender nuevas habilidades, animarlo a fijar y lograr sus metas, y mantenerlo motivado. El instructor guía las conversaciones y ayuda a hacer que el programa sea divertido e interesante. Un grupo de apoyo que incluye personas con metas y retos parecidos a los suyos.

Estudios científicos han demostrado que personas con prediabetes que participan en un programa de cambio de estilo de vida y pierden 5 % a 7 % de su peso (10 a 14 libras en una persona que pesa 200 libras), haciendo 150 minutos de actividad física a la semana y comiendo más saludable, pueden bajar más de la mitad (un 58 %) sus chances de tener diabetes tipo 2. De hecho, las personas mayores de 60 años pueden bajar un 71 % su chance de tener diabetes tipo 2.

¡No luche solo! Los programas de cambio de estilo de vida reconocidos por los CDC le darán el apoyo que necesita para prevenir o retrasar la diabetes tipo 2.

Si tiene la prediabetes, hay otras personas en su comunidad como usted. En un programa de cambio de estilo de vida reconocido por los CDC, tendrá la oportunidad de reunirse con estas personas para aprender, reír, compartir historias, hacer cosas nuevas y formar hábitos nuevos. También le ayuda a mejorar su salud y reducir su riesgo de tener diabetes tipo 2.

Los programas por Internet usan un currículo aprobado por los CDC y mantienen la misma calidad que los programas en persona. Algunos programas por Internet son totalmente por Internet y otros mezclan las sesiones en persona y por Internet. Algunos usan grupos y otros son individuales.

Si su horario no deja que participe en un programa en persona, busque los programas por Internet. Los programas por Internet tienen la misma calidad que los programas en persona.

Durante la primera mitad del programa, aprenderá a hacer lo siguiente:

- Comer bien sin tener que dejar todas las comidas que más le gustan a usted y su familia
- Incluir actividad física en su rutina aunque no crea que tiene tiempo.
- Enfrentar el estrés.
- Enfrentar situaciones que pueden hacerle difícil mantener cambios positivos en su estilo de vida. Por ejemplo, aprenderá estrategias para escoger comida sana cuando salga a comer.
- Continuar otra vez sus esfuerzos si en algún momento se desvía de su plan. Todos somos humanos y a veces perdemos el camino.

Alternativas:

Puede enseñar estos comportamientos a su familia. Sea el ejemplo que ellos deben seguir.

Como chef de la casa, puede mejorar la salud de su familia sin que se den cuenta.

También puede aprender esta información en un programa conveniente en línea.

Visite www.cdc.gov/PrevengaEIT2 para encontrar un programa de cambio de estilo de vida reconocido por los CDC en su comunidad.

Aprenda cómo el Programa Nacional de Prevención de la Diabetes puede ayudarle a prevenir o retrasar la diabetes tipo 2.

Descubra si está en riesgo para la prediabetes. Tome el cuestionario de riesgo en www.cdc.gov/PrevengaEIT2 o hable con un profesional de salud sobre la prediabetes.

PREVENGA EL T2
Un programa para prevenir el tipo 2 de la diabetes

**¿Por qué
prevengo la
diabetes
tipo 2?**

PARA CUIDAR
DE MI FAMILIA

Visite www.cdc.gov/PrevengaEIT2 para encontrar un programa de cambio de estilo de vida reconocido por los CDC en su comunidad.

Thematic Message #1

PREVENGAT2
UN PROGRAMA PARA PREVENIR LA DIABETES TIPO 2

¿Por qué prevengo la diabetes tipo 2?

PARA MEJORAR MI
CALIDAD DE VIDA

PREVENGAT2
UN PROGRAMA PARA PREVENIR LA DIABETES TIPO 2

**¿Por qué
prevengo la
diabetes
tipo 2?**

**PORQUE
SÍ PUEDO**

Thematic Message #3

PREVENGAT2
UN PROGRAMA PARA PREVENIR LA DIABETES TIPO 2

¿Por qué prevengo la diabetes tipo 2?

PORQUE LA DIABETES NO
TIENE QUE SER MI DESTINO

Thematic Message #4





PREVENGAT2
UN PROGRAMA PARA PREVENIR LA DIABETES TIPO 2

¿Por qué prevengo la diabetes tipo 2?

PARA SER UN EJEMPLO EN MI COMUNIDAD