

¿Cómo te preparas para una cita médica?

E	S	T	R	A	T	E	G	I	A	S	X	X	I
P	Z	C	C	B	T	F	K	H	J	Q	Y	K	G
T	R	V	Z	O	A	T	F	Q	Y	W	V	I	P
Y	F	E	A	W	M	R	J	A	C	O	V	I	D
O	C	A	V	C	Q	U	R	B	D	C	F	Z	L
G	Y	D	N	E	U	G	N	E	C	B	V	H	H
J	Q	U	N	K	N	N	L	I	R	Z	M	A	B
M	F	L	F	M	S	C	A	Q	D	A	S	W	F
Q	A	T	J	D	A	Q	I	T	L	A	S	V	N
M	J	O	K	Q	L	P	B	O	E	F	D	G	Q
D	T	S	U	F	U	J	V	Z	N	G	C	B	S
C	I	U	D	A	D	A	M	I	G	A	B	L	E
A	L	F	A	B	E	T	I	Z	A	C	I	O	N
Y	T	R	A	N	S	P	O	R	T	E	O	Y	Z

Adultos
Alfabetización
Barreras
Vacúnate
Ciudad Amigable
Comunidad

COVID
Estrategias
Prevención
Salud
Transporte



¿Cómo te preparas para una cita médica?

Tomar un rol activo en tus procesos médicos te ayudará a tener una mejor experiencia para tu salud. Para que logres una visita más agradable, es importante que te organices con anticipación. Esto facilitará el proceso y, a su vez, ayudará a mejorar tu salud. En este folleto encontrarás algunos consejos que puedes realizar en preparación a tu cita:

CONSEJOS:

- Haz una lista de preocupaciones que desees atender con tu profesional de la salud.
- Lleva a la cita información y/o documentación necesaria.
- Comparte con el profesional de salud si ha ocurrido algún cambio desde tu última visita médica.



¿Qué hacer durante el tiempo de espera?

El tiempo de espera puede ser agradable si te preparas con anticipación. Ten a la mano los artículos necesarios para mantenerte ocupado en espera de su consulta médica.

- Lleva una libreta o revista de preferencia para tu entretenimiento.
Ejemplo: Periódicos, Libros, otros.
- Lleva meriendas saludables.
- Descansa el día previo a la cita.
- Si necesitas que te acompañen a tu cita, identifica con anticipación quién será.
- Considera llevar algún tipo de entretenimiento como: sopa de letra, crucigrama, sudoku, otros.

