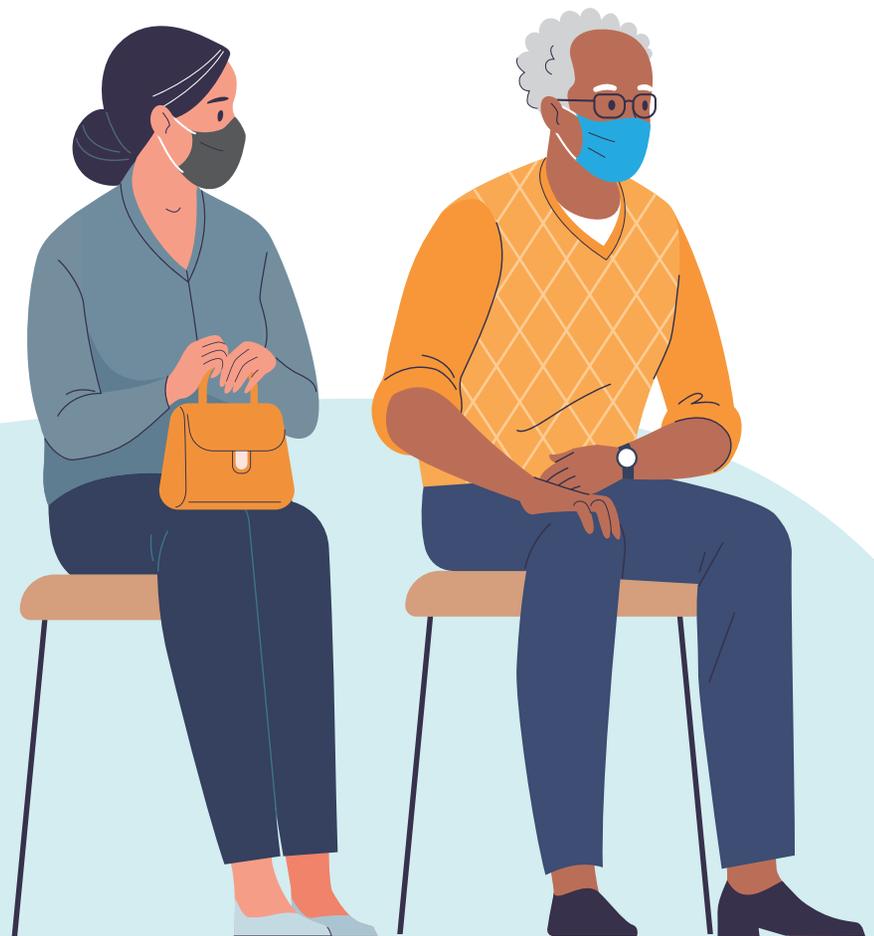


# ¿Cómo te preparas para una cita médica?

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.

