



American
Heart
Association.



American
Heart
Association.

Dedica unos minutos
y escribe tus propias
preguntas para la
próxima vez que
consultes a tu profesional
de cuidados de salud.

Por ejemplo: ¿Cómo puedo mejorar mi salud?
¿Qué puedo hacer para reducir mi riesgo de enfermedad cardíaca?
¿Cómo puedo manejar mi presión arterial?
¿Cómo puedo manejar mi colesterol?
¿Cómo puedo manejar mi diabetes?
¿Cómo puedo manejar mi asma?
¿Cómo puedo manejar mi ansiedad?
¿Cómo puedo manejar mi depresión?
¿Cómo puedo manejar mi dolor crónico?
¿Cómo puedo manejar mi fatiga?
¿Cómo puedo manejar mi falta de energía?
¿Cómo puedo manejar mi insomnio?
¿Cómo puedo manejar mi pérdida de memoria?
¿Cómo puedo manejar mi pérdida de peso?
¿Cómo puedo manejar mi piel seca?
¿Cómo puedo manejar mi rinitis?
¿Cómo puedo manejar mi tos?
¿Cómo puedo manejar mi vómito?