



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?  
¿Cómo puedo manejar mi condición de salud?  
¿Qué puedo hacer para prevenir una emergencia?  
¿Cómo puedo mantenerme activo y saludable?