Aprendiendo sobre mi enfermedad

Ya sea en tu infancia, adolescencia o edad adulta, puedes realizar actividades que desarrollen y cultiven tus hobbies.



Tu familia es fundamental en este proceso de atención, que reciban capacitación, ¡es el mejor inicio!



Mantén espacios de comunicación asertiva con tus diferentes redes de apoyo.



Identifica siempre en este proceso tus emociones, sentimientos y temores. Apóyate en tu equipo psicosocial.



Resuelve todas tus dudas, recuerda que tu médico tratante y equipo interdisciplinario están para resolverte tus inquietudes sobre tu diagnóstico y tratamiento.



En Medicarte siempre estaremos dispuestos para orientarte o asesorarte de forma clara y continua. Recuerda que estamos de tu lado.



Medicarte

Empodérate

y cuida de tu salud



AUTOCUIDADO
Duerme bien, hidrátate y lleva una dieta balanceada.

ADHERENCIA
Sigue todas las recomendaciones del grupo de profesionales.

INFORMACIÓN
Consulta datos de tu patología en fuentes oficiales.

APOYO
Comparte cómo te sientes y busca a otros en igual situación.

RECURSOS
Sé responsable con tu tratamiento, recuerda otros pueden perder la oportunidad de ser atendidos.

EVOLUCIÓN
Registra los cambios y dudas que tengas de tu proceso y cuéntaselo a tu especialista.

Medicarte