

Nombre del Paciente _____

Fecha de Nacimiento _____

Mis Metas Saludables

Westside Family Healthcare

Estableciendo metas saludables le ayudará a mejorar su salud. Asegúrese de establecer metas que funcionen para usted.

SIGA ESTOS DOS PASOS para comenzar a hacerse cargo de su salud..

<p>Paso 1</p> <p>SELECCIONE UNA META Que desea realizar.</p> <p>Ya que usted tiene diabetes, ya hemos elegido una meta para usted. Diríjase al paso 2 para trabajar en el desarrollo de un plan!</p>	<p>Paso 2</p> <p>HAGA UN PLAN Para la meta que ha seleccionado, elija una acción que desea tomar para ayudar a mejorar su salud.</p> <p>Marque con un círculo a continuación.</p>
<p>Manejar mi DIABETES</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Ver al educador de la diabetes o atender una clase• Hacerme pruebas de laboratorio cada 3 a 6 meses• Trabajar en bajar de peso• Obtener mi examen de la vista anualmente por problemas relacionados a la diabetes• Otro: