










Declarate

PREPARA TU CONSULTA TELEFÓNICA

Decálogo

-  **1** Busca un lugar tranquilo y con buena cobertura
-  **2** Ten a mano un cuaderno para apuntar cualquier información importante
-  **3** Permanece atento al teléfono a la hora de la cita, así evitarás que tu médico llame varias veces o no te localice
-  **4** Prepárate antes de la llamada: anota tus dudas, preocupaciones, objetivos, síntomas, resultados de las últimas pruebas...
-  **5** Haz un listado de tu medicación, tanto habitual como puntual
-  **6** Cuenta primero lo que más te preocupa
-  **7** Habla despacio y con tranquilidad. Pregunta todo lo que no hayas entendido
-  **8** Sé conciso, claro y no tengas miedo de expresarte
-  **9** Usa comparaciones con objetos cotidianos para describir tamaños y colores.
-  **10** Antes de colgar, haz un resumen de la información recogida para asegurarte que no has olvidado nada

¡Y no dudes en pedir una visita presencial si lo consideras necesario!