

# ENFERMEDAD VASCULAR: TRABAJANDO CON SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA

## TRANSCRIPCIÓN

Para disminuir su riesgo de las complicaciones graves de la Enfermedad Vascular, como Ataque Cardíaco y Accidente Cerebrovascular, es necesario trabajar con su proveedor de atención médica.

En primer lugar, usted identificará los factores de riesgo que tiene para luego hacer un plan de manejo. Sus proveedores de atención médica están ahí para ayudarle. Trabaje con ellos para establecer metas personales y diseñar un plan que le permita alcanzarlas.

Ellos le ayudarán a diseñar un plan específicamente para usted, basado en sus necesidades, estilo de vida y cultura. Asegúrese de compartir su historia médica, y cualquier antecedente familiar médico, incluyendo la depresión, con su proveedor de atención médica.

*"Mi madre tiene Presión Arterial Alta y el colesterol alto y sé que toma medicamentos para ello."*

*"Muy bien."*

Hágale saber si usted tiene algún factor de riesgo en el cual cree que necesita trabajar. Usted es un equipo. Si tiene problemas con cualquier parte de su plan hágalo saber a su equipo. Se pueden hacer cambios para aumentar sus posibilidades de éxito.

Si usted en este momento no tiene un proveedor de atención primaria, busque uno con quien pueda sentirse cómodo. Usted estará trabajando en estrecha colaboración con él para reducir sus factores de riesgo.

Busque proveedores de salud locales en la página web, llame a su compañía de seguros para obtener una lista o consiga algunas recomendaciones de su hospital, familia o amigos. Confiar y trabajar con un profesional de la salud es una parte importante para mantenerse saludable.