

# Un Minuto de Salud: Dando a Conocer tus Deseos

Ahora, un Minuto de Salud.

Puede ser difícil hablar del cuidado del final de la vida con seres queridos. Pero dando a conocer tus deseos, puede facilitarlo para todos más tarde.

Aquí es donde entra la voluntad anticipada. Puede ayudar a que tus seres queridos lleven a cabo tus deseos si no eres capaz de tomar esas decisiones por ti mismo.

Tómate el tiempo ahora para hablar con tus seres queridos sobre tu salud y bienestar.

Díles qué tratamiento deseas recibir. Avísales lo que quisieras que sucediera en caso de una emergencia.

No dejes para tu familia y amigos decisiones difíciles sobre tu salud.

Comparte con tus seres queridos tus deseos y formula una voluntad anticipada.