

# Asegure su Salud

*El Camino hacia una Mejor Atención Médica*

**¡Manténgase saludable con la información médica actualizada!**

**Médico de Cabecera (nombre y número de teléfono):**

---

**Ayudante de Inscripción (nombre y número de teléfono):**

---

**Plan de Seguro Médico (nombre de la compañía y teléfono):**

Desarrolle una buena relación con su proveedor de atención primaria para que éste le ayude a decidir qué tipo de cuidados son adecuados para usted.

## 5 PREGUNTAS para su médico antes de cualquier prueba, tratamiento o procedimiento

- 1** ¿Necesito realmente esta prueba o procedimiento?
- 2** ¿Cuáles son los riesgos y efectos secundarios?
- 3** ¿Existen opciones más sencillas y seguras?
- 4** ¿Qué pasa si no hago nada?
- 5** ¿Cuánto cuesta, y lo va a pagar mi seguro?

Aprenda más: [www.healthinsight.org/choosing-wisely](http://www.healthinsight.org/choosing-wisely)