REUMA CURIA ASTURIES 2026 / FICHA 05

Prepara la consulta médica

Material educativu pa persones adultes. Sigue les pautes acordaes col equipu sanitariu y de fisioterapia.

Ordena les prioridaes

Lleva una llista actualizada de medicamentos y apunta los cambios nel dolor, la rixidez, la fatiga o la movilidá. Escueyi dos entrugues importantes y esplica qué tarees se fixeron más difíciles.

Acuerda un plan pa los cambios

Entruga qué variaciones puedes atender col plan habitual, cuándo consultar y a quién llamar. Pide que t'espliquen les indicaciones que nun entiendas.

Confirma'l pasu siguiente

Resume coles tos palabres lo acordao y apunta cuándo revisalo. Consulta al equipu enantes d'axustar o suspender un tratamientu.

Cambiu principal y fecha aproximada

Tarea cotidiana afectada

Les mios dos entrugues

Qué acordamos y cuándo lo vamos revisar

FUNDACIÓN Instituto Reumatológico

Principado de Asturias | Consejería de Salud