



KIT PARA CONSULTAS



ANTES: PREPARA TU CITA

Toma conciencia: papel activo

- ¿Qué quiero obtener?
- ¿Qué dudas quiero resolver?
- ¿Cómo lo voy a decir?

DURANTE: ACTÚA

- Preséntate.
- Di lo que esperas (para qué estás).
- Plantea y pregunta lo que necesites.
- Anota las respuestas importantes.

DESPUÉS: REFLEXIONA

- ¿Conseguí lo que me planteé?
- ¿Informé bien? ¿Me expliqué?
- ¿Me escuchó? ¿Me informó?
- ¿Puedo hacer algo para mejorar?

¿Y SI LA CONSULTA ES TELEMÁTICA?

- Busca un lugar tranquilo, con buena cobertura y/o conexión a internet.
- No tengas miedo a manifestar cualquier fallo en la comunicación.
- Tómate tu tiempo para preguntar las veces que sean necesarias.

EN LA ADT ESTAMOS PARA AYUDARTE

ASOCIACIÓN PARA LA DIABETES
DE TENERIFE



922 253 906



672 145 881

www.diabetenerife.org

info@diabetenerife.org



Agosto 2021