



**SANTIAGO**  
Salud



**¿Eres hipertenso,  
diabético o tienes  
el colesterol alto?**



*Esto de seguro te Interesará*

**STGÖ**

# ¿CUÁNDO Y

# POR QUÉ ASISTIR A LOS

# CONTROLES?

Si tienes alguna enfermedad crónica como hipertensión arterial, diabetes o dislipidemia, debes controlarte anualmente con tres profesionales:

- \* **Médico**
- \* **Enfermera**
- \* **Nutricionista**

Ellos te ayudarán a mantener controlada tu enfermedad, dándote orientación y educando en estrategias que permitan mantener tu enfermedad bajo control.

**Los medicamentos sólo son entregados teniendo los controles al día. Lo mismo vale para la toma de exámenes anuales.**

*¡No pierdas este valioso derecho!*



# ¿Cada cuánto **tiempo** me debo controlar?

- Evaluación estado general
- Revisión de exámenes anuales
- Modificará tus medicamentos en caso de ser necesario

CONTROL  
MÉDICO

4 meses

4 meses

CONTROL CON  
NUTRICIONISTA

CONTROL CON  
ENFERMERA

4 meses

- Evaluación estado general
- Adherencia al tratamiento y dieta
- Revisión de tus pies si eres diabético

- Evaluación estado general
- Solicitará exámenes anuales
- Te indicará la alimentación de acuerdo a tu patología.

Los siguientes exámenes se solicitarán anualmente:

- **Exámenes de sangre**
- **Examen de orina**
- **Electrocardiograma**

Si eres diabético, recuerda que además de los exámenes anteriores también se pedirá:

- **Examen de fondo de ojo**
- **Evaluación de pie diabético**

## **IMPORTANTE:**

Si eres diabético, es muy importante que asistas a tu control anual de pie diabético con una enfermera, para prevenir complicaciones futuras como: amputación, heridas, deformación de tu pie.

La enfermera te dará a conocer formas de cuidarlos y mantenerlos sanos.



# ¿SABÍAS QUÉ?

**Millones de personas en Chile y en el mundo mueren anualmente por infartos cardíacos, accidentes vasculares e insuficiencia renal.**

Sin embargo, es importante saber que todas estas patologías se pueden prevenir y la solución está en tus manos.

Si eres hipertenso, diabético o tienes el colesterol alto, debes mantener controladas tus enfermedades, y asistir a los controles anuales con los profesionales de la salud.



# saludstgo.cl

 [facebook.com/munistgo](https://facebook.com/munistgo)

 [@muni\\_stgo](https://twitter.com/muni_stgo)

 [flickr.com/munistgo](https://flickr.com/munistgo)

Es importante que regularices y adoptes como hábito de vida tus controles del **programa Cardiovascular** de forma periódica.

La visita al médico, enfermera y nutricionista es clave para mantener compensadas tus patologías.

Recuerda debes solicitar hora para tu control cardiovascular con médico, enfermero(a) o matrona, según corresponda, un mes antes de cada control, según flujograma, en el SOME de tu consultorio.