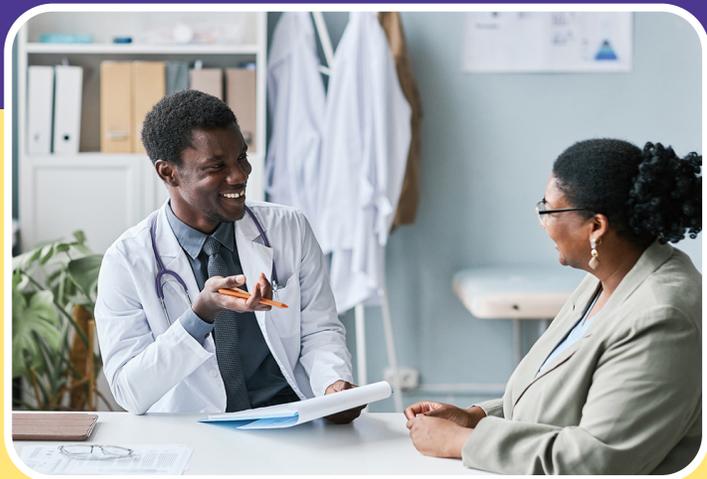


# Señales de Advertencia Urgentes sobre la Anemia de Células Falciformes para hablar con su Proveedor de Atención Médica



Mientras la anemia de células falciformes (SCD, por sus siglas en inglés) es una condición que dura toda la vida, no tiene por qué impedirle vivir una vida plena. Usted es el experto de su cuerpo. Si no se siente bien o hay algo que le preocupa, hable. Los siguientes consejos lo ayudarán a mantenerse lo más saludable posible y le ofrecerán orientación para compartir sus inquietudes con su proveedor de atención médica.

## Consejos:

- Lleve esta guía de conversación a sus citas de atención médica, junto con cualquier otra pregunta o inquietud de la que quiera hablar.
- Lleve su lista de medicamentos a todas sus citas de atención médica.
- Informe a su proveedor de atención médica qué medicamentos está tomando o ha tomado recientemente y sobre cualquier efecto secundario que esté experimentando.
- Hable sobre su nivel de dolor, incluidos cuáles han sido desde su última visita y qué hace para controlarlo.
- Tome notas y haga preguntas sobre cualquier cosa que no comprenda completamente.

## Señales de Advertencia Urgentes sobre las que hablar

***Si experimenta alguno de estos signos o síntomas, busque atención médica de inmediato:***

- Fiebre (temperatura corporal superior a 101° F)
- Dificultad para respirar
- Dolor en el pecho
- Hinchazón del abdomen (vientre)
- Dolor de cabeza intenso
- Debilidad repentina o pérdida de sensación o movimiento.
- Convulsión
- Erección dolorosa del pene que dura más de cuatro horas

*Esta lista no cubre todos los síntomas urgentes posibles.*

*Si algo no le parece bien, hable con su proveedor de atención médica.*

## Use esta Guía para Comenzar su Conversación:

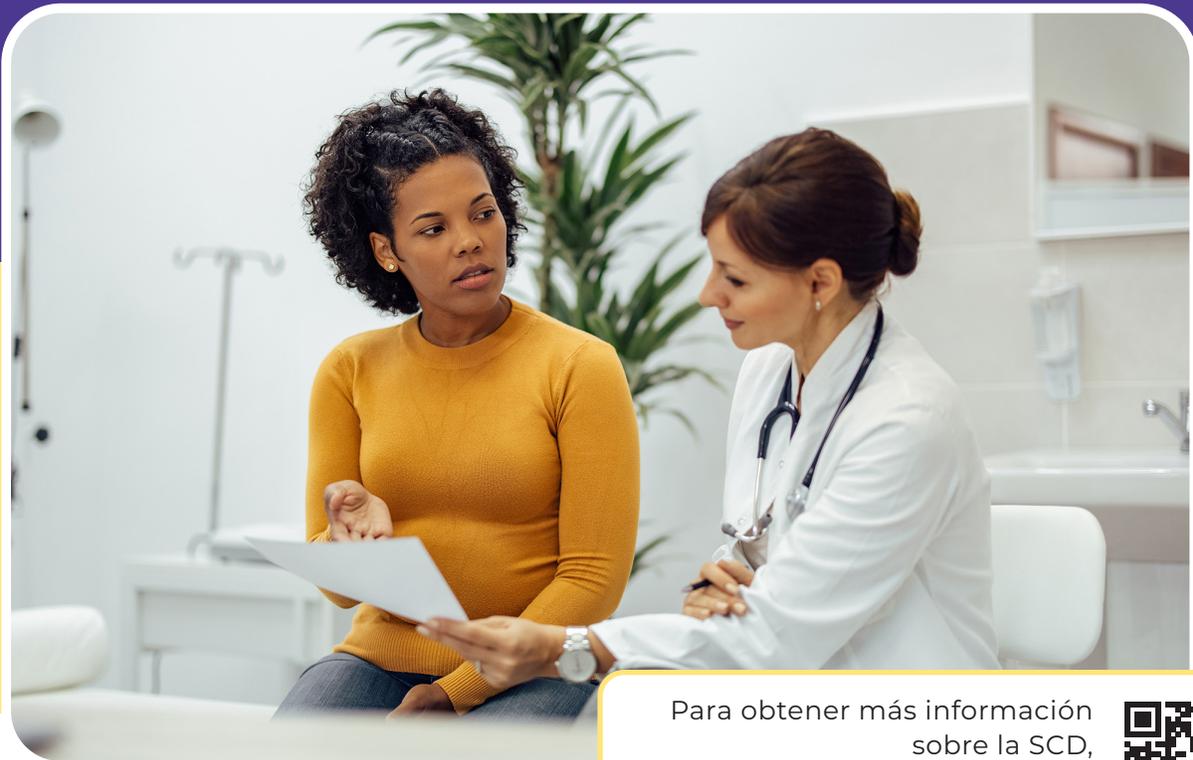
- Mis síntomas de SCD han empeorado desde mi última cita y tengo serias preocupaciones sobre mi salud de las que me gustaría hablar con usted.
- He estado teniendo (enumere los síntomas) que siento (describa en detalle) y han durado (cantidad de horas/días).
- Conozco mi cuerpo y mis síntomas, y esto no me parece normal.

*Si siente que sus inquietudes no han sido escuchadas, diga cortésmente que no se siente escuchado ni comprendido.*

*Aclare sus inquietudes al proveedor.*

## Ejemplos de preguntas para hacer:

- ¿Qué podrían significar estos síntomas?
- ¿Qué pruebas recomienda para descartar un problema grave?
- ¿Cuál es el tratamiento recomendado para estos síntomas?
- ¿Cuáles son los beneficios y riesgos del tratamiento?



Para obtener más información sobre la SCD, visite [cdc.gov/sicklecell](https://cdc.gov/sicklecell) o escanee este código QR:



### Consejos para Su Salud:

- Manténgase al día con su atención médica, incluidas las citas anuales de bienestar y las vacunas.
- Trabaje con su proveedor de atención médica para desarrollar un plan de acción para controlar sus síntomas.
- Sepa cuándo llamar a su proveedor si su dolor no mejora con el tratamiento en casa.
- Sepa cuándo buscar atención de emergencia/llame al 911.
- Adopte y mantenga un estilo de vida saludable para respaldar su salud y controlar su SCD.
  - ✓ Haga que la actividad física forme parte de su rutina diaria.
  - ✓ Elija [alimentos saludables para el corazón](#) y [maneje su presión arterial](#).
  - ✓ Beba de ocho a diez vasos de agua todos los días.
  - ✓ Limite las bebidas alcohólicas.
  - ✓ Deje de fumar o vapear.
  - ✓ Para ayudar a prevenir infecciones, [lávese las manos](#) con frecuencia.
  - ✓ Trate de dormir entre siete y nueve horas cada noche.
  - ✓ Cuide su salud mental y hable de sus sentimientos.

