

# Manteniéndose Saludable: Plan de Prevención para No Recaer

Medicamentos:
1. 2. 3. <ul style="list-style-type: none"><li>• Continúe el medicamento hasta _____.</li><li>• MUY IMPORTANTE: No deje de tomar su medicamento de repente o sin consultar con su doctor/a. Algunos medicamentos se dejan de tomar poco a poco. <b>Siempre debe de llamar a su doctor/a antes de parar de tomar su medicamento.</b></li></ul>
Otros tratamientos:
1. 2. 3.
Mis señales de advertencia de estrés/depresión/cambio de animo:
1. 2. 3. 4.
Acciones saludables para mantenerme bien:
1. 2. 3. 4.
A quien debo hablar:
Favor de hablar _____, a _____ sí surgen problemas o para hacer una cita. Para emergencias, puede hablar _____.