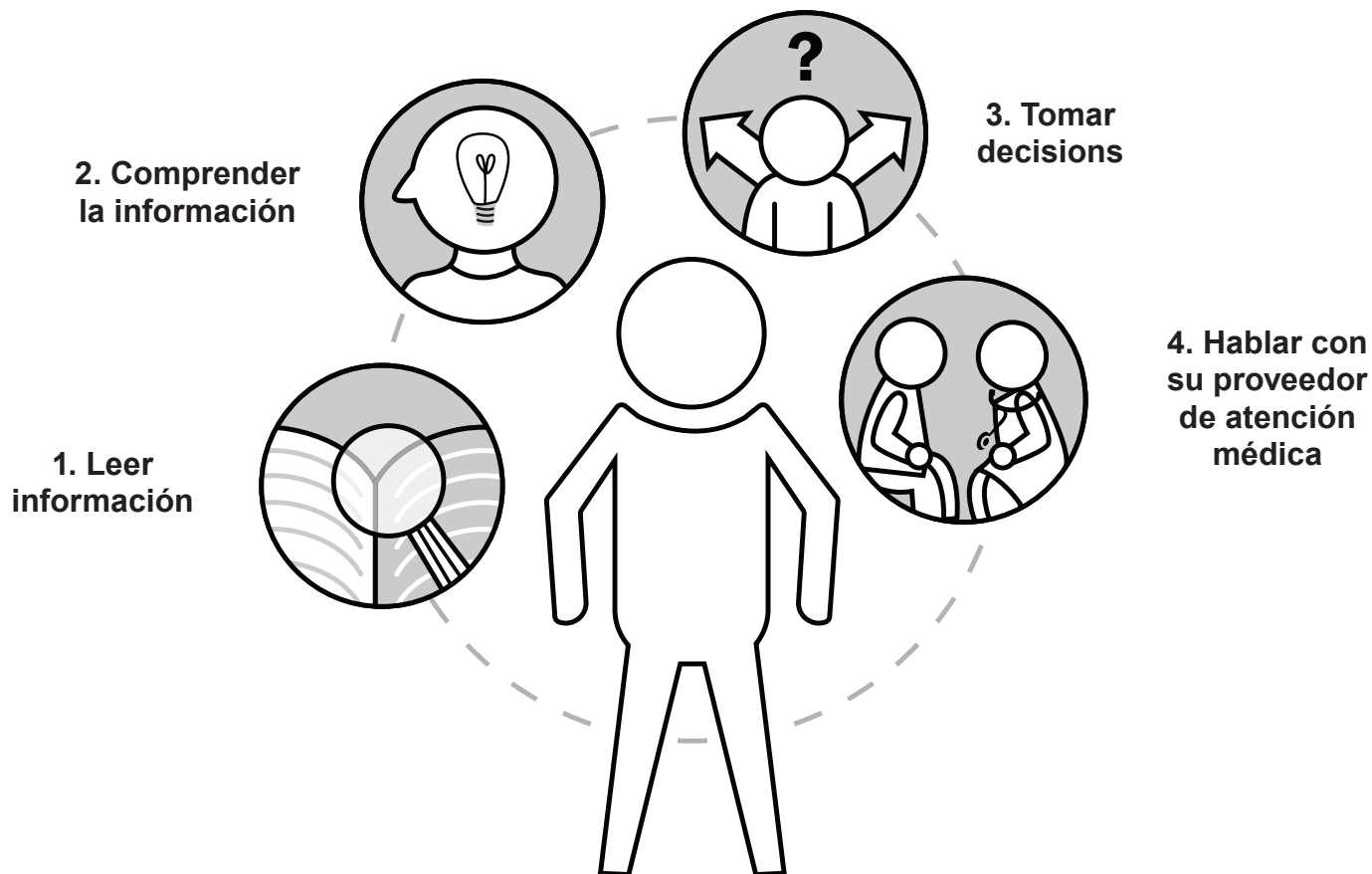


El conocimiento es poder: aprender conocimientos sobre la salud

La alfabetización en salud significa que usted puede leer, comprender y utilizar información para tomar decisiones sobre su salud. ¡Las decisiones saludables pueden conducir a una vida más saludable!



¿Cuáles son algunas de las cosas que ya sabes sobre tu cuerpo y tu salud? Escribe tus respuestas a estas preguntas:

- ¿Tienes alguna alergia? Si es así, ¿a qué eres alérgico?

- ¿Tomas algún medicamento? Si es así, ¿sabes para qué sirve el medicamento?

- ¿Usas lentes?

- ¿Con qué mano escribes?



**SNOHOMISH
COUNTY**
HEALTH DEPARTMENT

www.snohd.org/healthtrek

Algunas actividades fueron adaptables del ABC de los Niños Saludables: www.snohd.org/healthykids