

Siguiendo las órdenes del médico

You're the Cure—Chequee su salud y busque apoyo para que todos tengan el mismo acceso a la atención médica.



NOTA PREVIA: Solicite al moderador que comparta con los participantes del programa una breve introducción escrita sobre el tema. También encárguese de preparar sus propios comentarios de apertura. Por ejemplo, puede empezar con alguna cita o lectura que motive a su auditorio.

- Inicie su programa con una cálida bienvenida y sus comentarios de apertura.
- Presente al moderador a los miembros de su comunidad. O, si usted es el moderador, cuénteles al grupo por qué este tema es importante para usted y por qué se ofreció a moderar esta clase.

Resumen de la Clase

Bienvenida

- EmPowered To Serve y el chequeo de salud de ETS
- Tema del programa y lo apremiante que es para la comunidad

Siguiendo las órdenes del médico

- ¡Propague la información! ¡Comparta los recursos de inscripción en sus redes sociales para que más personas reciban la información!
- **Llamado a la acción: You're the Cure: Chequee su salud y busque apoyo para que todos tengan el mismo acceso a la atención médica**

Reflexiones finales



- Lea la sinopsis de la clase para “ambientar” a todos los participantes.
- Informe a los participantes que la clase demora de 1 hora a 1 hora y ½.

¿Qué es ETS? *EmPowered To Serve*

EmPowered To Serve es un movimiento que se extiende por todo el país para contribuir a que sus comunidades multiculturales gocen de una mejor salud.

- Constituimos la megacomunidad de ETS con el objetivo de generar cambios que mejoren la salud en diversas comunidades de todo el país
- Obtenga más información en EmPoweredToServe.org.

Objetivos para el 2020

Mejorar en un 20 por ciento la salud cardíaca de todos los estadounidenses.

Reducir en un 20 por ciento las muertes causadas por enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.



- Lea la introducción a EmPowered To Serve.
- Cuente por qué se ha sumado al movimiento creado por ETS.
- Inste a quienes aún no formen parte de la megacomunidad de ETS a ingresar en línea luego de concluido el programa para inscribirse en este movimiento de alcance nacional.
- Explique que ETS es producto de una iniciativa de American Heart Association/American Stroke Association llevada a cabo en forma conjunta con las organizaciones comunitarias de todo el país.
- Destaque el compromiso de American Heart Association con el país para el 2020.

Chequeo de salud de ETS

Control de la presión arterial y del peso:

- Su punto de partida
- Datos opcionales y anónimos



¿Por qué es importante controlar la presión arterial?

La presión arterial alta (HBP, por sus siglas en inglés) es un factor de riesgo relacionado con las enfermedades del corazón, principal causa de muerte en todo el mundo.

La HBP también es un factor de riesgo relacionado con los accidentes cerebrovasculares, la 2.a causa de muerte en el mundo.



¿Por qué debe preocuparse si tiene sobrepeso?

Casi un 70% de los adultos tiene sobrepeso o padece de obesidad.

Cuando una persona es obesa, aumenta su riesgo de padecer de enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, HBP, diabetes y otras afecciones.

- Explique que el chequeo de salud de ETS es una alternativa para que los miembros de cada comunidad controlen su presión arterial y estén al tanto de su peso.
 - Repase junto a los participantes la información sobre los motivos por los que es importante controlar la presión arterial.
 - Haga hincapié en los motivos por los que el sobrepeso debe ser causa de preocupación.
- Esta prueba de detección opcional proporciona la información necesaria para completar la evaluación de salud Marcando los 7 pasos para mi salud[®].
- Si aún no ha completado la evaluación Marcando los 7 pasos para mi salud[®], hágalo usando su URL individual. Solo le tomará unos cuantos minutos completarla. Nuestro objetivo es que un 15 por ciento de nuestro grupo complete esta sencilla evaluación de salud.
- ¿Ya completó la evaluación Marcando los 7 pasos para mi salud[®]?
 - ¿Se ha enfocado en tomar decisiones de vida más saludables?
 - Le recomendamos ingresar en línea y volver a hacer la evaluación.
 - Revise su puntaje. ¡Evalúe cómo está su salud!

**Ley de Cuidado de Salud
Asequible (ACA)**
*y las desigualdades en el ámbito de
la atención médica*

**La ACA ofrece los siguientes
beneficios:**

- Seguro de salud para quienes actualmente no tienen cobertura.
- Exámenes y servicios gratuitos de prevención a través de Medicare y la mayoría de los planes de salud privados.

*Los chequeos de salud preventivos le
ayudan a mantenerse saludable...
¡Siguiendo las órdenes del médico!*

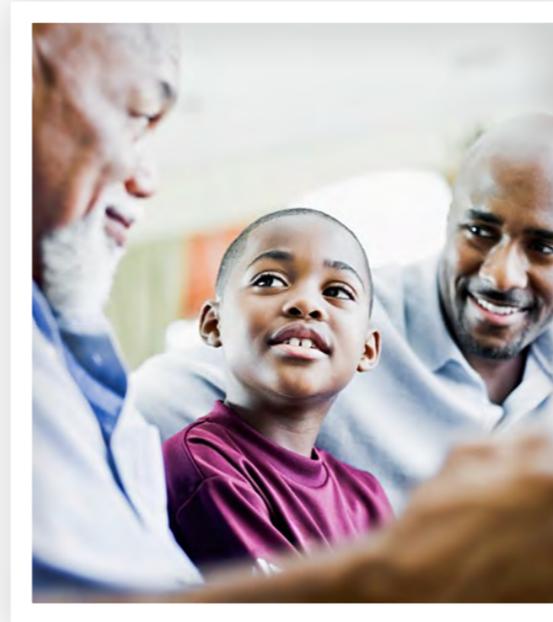


- Explique que la Ley de Cuidado de Salud Asequible:
 - Brinda acceso a un seguro de salud asequible a las personas que actualmente no cuentan con una cobertura.
 - Ofrece exámenes y servicios gratuitos de prevención a través de Medicare y nuevos planes de salud privados.
 - Amplía los programas para incorporar una mayor diversidad racial y étnica entre los profesionales médicos.
 - Incrementa significativamente la financiación para las clínicas de salud de la comunidad, que actualmente atienden a uno de cada cuatro residentes de bajos ingresos pertenecientes a grupos minoritarios.

La ACA también...

- Amplía los programas para incorporar una mayor diversidad racial y étnica entre los profesionales médicos.
- Incrementa la financiación para las clínicas de salud de la comunidad, que actualmente atienden a uno de cada cuatro residentes de bajos ingresos pertenecientes a grupos minoritarios.

Pese a estos avances, las comunidades multiculturales aún encuentran obstáculos a la hora de acceder a los servicios de salud.



- Explique que la Ley de Cuidado de Salud Asequible:
 - Brinda acceso a un seguro de salud asequible a las personas que actualmente no cuentan con una cobertura.
 - Ofrece exámenes y servicios gratuitos de prevención a través de Medicare y nuevos planes de salud privados.
 - Amplía los programas para incorporar una mayor diversidad racial y étnica entre los profesionales médicos.
 - Incrementa significativamente la financiación para las clínicas de salud de la comunidad, que actualmente atienden a uno de cada cuatro residentes de bajos ingresos pertenecientes a grupos minoritarios.

Nuestro mensaje de hoy

- Aproveche los servicios gratuitos de prevención.
- Hágase chequeos de salud de forma regular.



Life's Simple 7™



Manage
Blood Pressure



Get Active



Control
Cholesterol



Eat Better



Lose Weight



Stop
Smoking



Reduce
Blood Sugar

7 – Siguiendo las órdenes del médico



EmPOWERED
To Serve™

© 2015 American Heart Association, Inc.
Todos los derechos reservados. Prohibido de uso no autorizado.

- Repase la información de la diapositiva.
- Explique a los participantes que el programa de hoy se trata sobre cómo unir fuerzas dentro de la comunidad en pro de la igualdad en lo que se refiere a los servicios de salud, para que todos los estadounidenses tengan la misma oportunidad de mejorar su estado de salud y evitar enfermedades mortales.
- Informe al grupo que una forma de trabajar para reducir las desigualdades en términos de salud, o las diferencias en lo que se refiere al acceso a los servicios médicos relacionadas estrechamente con desventajas sociales o económicas, es que todos adopten los 7 pasos.
 - Los 7 pasos son siete medidas sencillas que pueden tomarse para tener una salud cardíaca ideal.
 - Describen maneras sencillas de llevar un control de su salud cardíaca.
 - Incluso los pequeños cambios pueden traer beneficios a largo plazo.
 - ¿Recuerdan que hablamos sobre la evaluación de salud personal Marcando los 7 pasos para mi salud[®] ?
 - La evaluación Marcando los 7 pasos para mi salud[®] le ayuda a saber en qué posición se encuentra respecto de los 7 pasos.
- Ahora, regresemos a la clase de hoy.

Objetivos del programa

Busquemos que la ACA tenga un mayor alcance.

Al finalizar esta clase estará en condiciones de lo siguiente:

- Explicar la importancia de los servicios de salud preventivos.
- Destacar lo que otras comunidades están haciendo para superar las desigualdades en materia de salud.
- Sumarse a una red que trabaje a nivel local, estatal y nacional.



- Repase la información de la diapositiva.

Servicios de salud preventivos

¿Qué son los servicios de salud preventivos?

- Exámenes de salud.
- Otros servicios de salud que puede obtener para prevenir enfermedades.

La ACA ofrece exámenes de salud gratuitos a través de Medicare y la mayoría de los planes de salud privados.



- Repase la información de la diapositiva.
- Haga hincapié en que estos chequeos son gratuitos en muchos planes de seguro de salud.



Punto #1

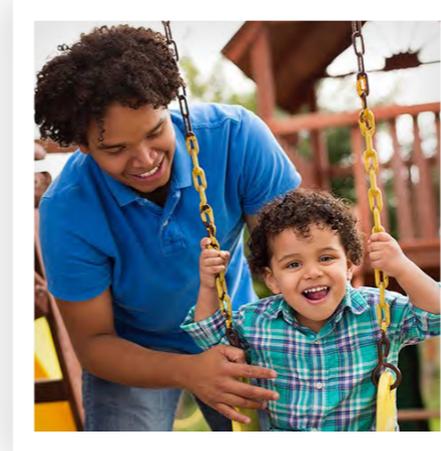
Inscríbese, utilice sus beneficios de salud y hágase los chequeos de prevención correspondientes.

- Examen de colesterol.
- Asesoramiento y medicamentos para dejar de fumar (dejar de consumir tabaco).
- Vacunas antigripales y contra la neumonía
- Exámenes de salud para la mujer, como atención prenatal y mamografías.

- Repase la información de la diapositiva.
- Sugíerale a los participantes que consulten qué exámenes de salud cubre su plan médico, y que utilicen esos beneficios.

**Pese a lo establecido
por la ACA...
Las desigualdades en el
ámbito de la salud continúan**

- Aproximadamente 1 de cada 4 (27 por ciento) adultos de color no tiene cobertura de seguro, en comparación con los adultos blancos, cuyo porcentaje alcanza el 15 por ciento.
- Las tasas de mortalidad por enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares entre las personas de color son un 34 por ciento más altas que las de la población estadounidense general.
- El 40 por ciento de los afroamericanos que califica para la ampliación de Medicaid no tiene esta opción de cobertura.



- Repase la información de la diapositiva.

Mayor riesgo, más muertes

Los afroamericanos corren mayor riesgo de sufrir enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.

- Tasas de mortalidad más elevadas por enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares
- Son casi el doble de propensos a sufrir un accidente cerebrovascular por primera vez y tienen muchas más posibilidades de morir a causa de uno
- La insuficiencia cardíaca antes de los 40 años es 20 veces más común



- Pídales a tres voluntarios que lean la información que se muestra en la diapositiva.
- Pídales que lean la introducción.
- Destaque que las tasas relacionadas con sufrir enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares y aquellas relacionadas con los factores de riesgo por dichas afecciones son más altas en las comunidades multiculturales.



Mayor riesgo, más muertes

- Hispanos y Latinos son más propensos a demorar la búsqueda de atención médica, suspender el tratamiento cuando los síntomas desaparecen y evitar visitas al médico.
- Nativos americanos y Nativos de Alaska Mueren por enfermedades cardíacas mucho antes de lo esperado: uno de cada tres tiene menos de 65 años.

- Repase la información de la diapositiva:

- Los nativos americanos/nativos de Alaska mueren por enfermedades cardíacas mucho antes de lo esperado: uno de cada tres tiene menos de 65 años, mientras que en el resto de la población estadounidense, el mismo hecho ocurre a solo una de cada cinco personas.
- Los hispanos/latinos son más propensos a demorar la búsqueda de atención médica, suspender el tratamiento cuando los síntomas desaparecen y evitar visitas al médico.

Menos acceso, menos calidad

Los miembros de los grupos multiculturales suelen estar menos dispuestos a contratar un seguro médico y tienen menor acceso a atención médica de calidad.



- El porcentaje de hispanos/latinos que reciben la atención hospitalaria recomendada en caso de enfermedad cardíaca es menor, comparado con el porcentaje de blancos.
- Los adultos afroamericanos tienen muchas más probabilidades que los adultos blancos de quedar internados en un hospital por una enfermedad cardíaca.
- Los afroamericanos hospitalizados por un ataque cardíaco tienen menos probabilidades de recibir una cirugía de bypass, en comparación con los pacientes de otras etnias.

- Pídale a cuatro voluntarios que lean la información que se muestra en la diapositiva.
- Haga hincapié en que los miembros de los grupos multiculturales suelen tener menos acceso a un seguro médico y a tener acceso limitado a la atención médica de calidad.
- Pregunte al grupo:
 - ¿Cuáles creen ustedes que son algunos de los motivos por los que hay desigualdad en materia de salud entre las comunidades multiculturales? (RESPUESTA: Las desigualdades se deben a una variedad de factores complejos, como los ingresos, la educación, los factores genéticos y psicológicos, el acceso a la atención médica y las barreras en la comunicación).



Punto #2

Existen comunidades que han avanzado mucho para superar las barreras en el acceso a los servicios médicos, de modo que nosotros también podemos hacerlo.

Observaremos tres ejemplos:

- Iniciativas comunitarias a nivel local.
- Cambios en las políticas estatales.
- Apoyo del gobierno federal.

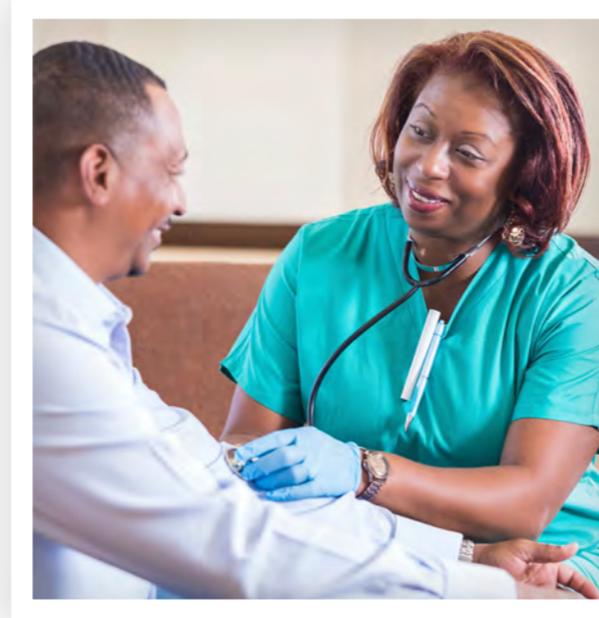
- Repase la información de la diapositiva.
- Presente los tres ejemplos:
 - En la comunidad local: alentar a los adultos jóvenes de color a iniciar carreras profesionales en el área de la salud y solicitar becas.
 - Programa estatal: garantizar la cobertura de salud para adultos de bajos ingresos, incluidos los servicios de salud preventiva gratuitos de Medicaid.
 - A nivel federal: trabajar para mantener y mejorar la ley de reforma, así como otras políticas que permitan abordar situaciones de desigualdad en materia de salud.

Iniciativas comunitarias a nivel local

Los miembros de las comunidades multiculturales tienen escasa representación en el área de los servicios médicos.

Los proveedores de atención médica que lucen y hablan como sus pacientes establecen una mejor conexión con ellos.

- Esto significa que estarán en una mejor posición de incidir sobre la manera en que los pacientes y sus familias responden a y aceptan la orientación y atención médica.

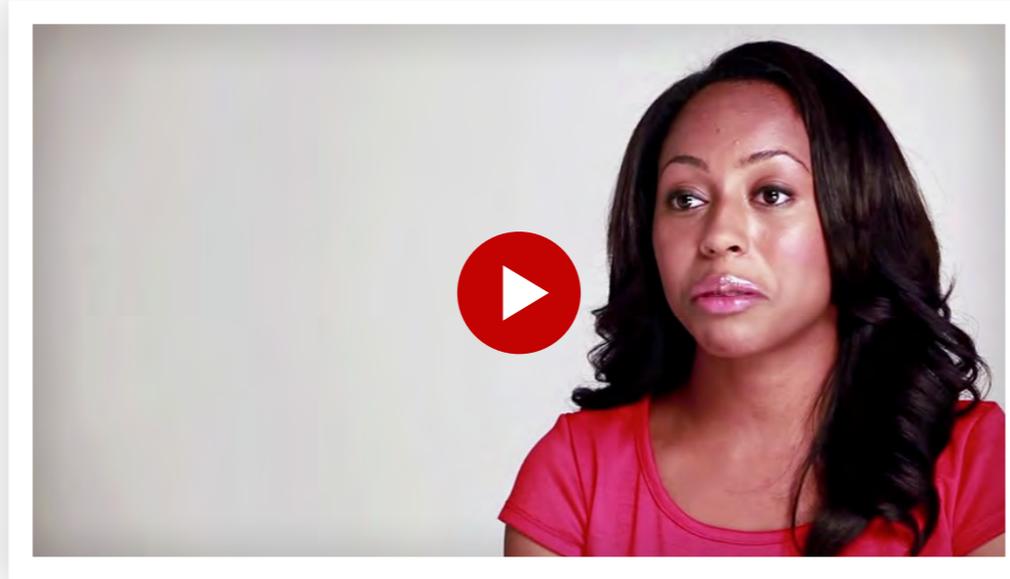


- Pida a un voluntario que lea la diapositiva.

- Pregunte al grupo:

- ¿De qué manera se puede alentar a los miembros de nuestras comunidades multiculturales a ser médicos, enfermeros y otro tipo de proveedor de atención médica?

Beca multicultural



17 – Siguiendo las órdenes del médico

American Heart Association | American Stroke Association
Life is why™
© 2015 American Heart Association, Inc.
Todos los derechos reservados. Prohibido de uso no autorizado.

**EmPOWERED
To Serve™**

NOTA PREVIA: Revise la lista de recursos para esta clase. Busque el enlace del video así “Go Red Multicultural Scholarship 2014 Winners.” Descargue el video antes del programa. O bien, omita la diapositiva.

- Reproduzca el video.



Orientación para jóvenes

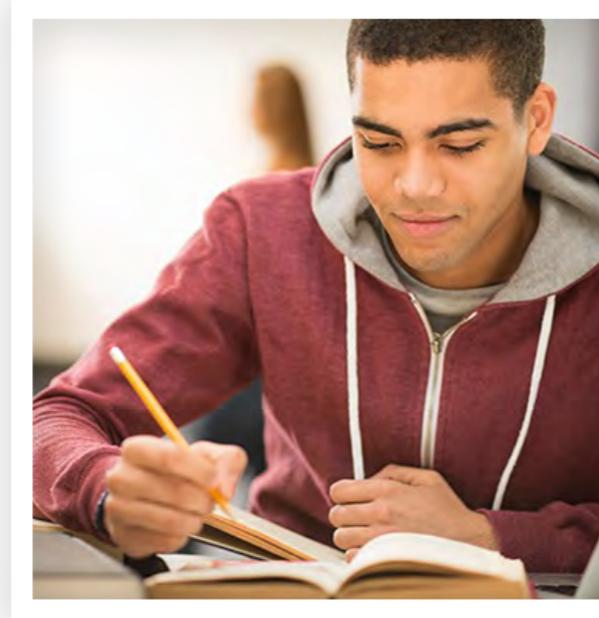
Becas multiculturales Go Red™

- Promueve la mayor inclusión de mujeres de origen multicultural en carreras médicas, de enfermería y afines del área médica.
- Satisfará mejor las necesidades culturales de pacientes de diferentes razas.
- www.goredforwomen.org/get-involved/show-support-for-go-red/multicultural-scholarship-fund/

- Explíquelo al grupo que, de manera mancomunada con Macy's y las comunidades locales, la American Heart Association está trabajando en lo siguiente:
 - Entrega de becas de \$2,500 cada una para contribuir a aumentar la cantidad de profesionales médicos diversos, y a mejorar la calidad de la atención centrada en el paciente y en las diferentes culturas.
 - Las becas multiculturales Go Red™ son otorgadas por el Macy's Multicultural Fund, creado en 2009 para fomentar una mayor diversidad en el ámbito de la medicina.
 - El programa de becas, que ya lleva tres años, promueve mayor inclusión de mujeres de origen multicultural en carreras médicas, de enfermería y afines del área médica para satisfacer mejor las necesidades de pacientes de diversas razas.
 - De acuerdo con las cifras de la Association of American Medical Colleges, el número de médicos graduados provenientes de minorías continúa en constante aumento.
 - De los 17,341 graduados de las facultades de medicina en 2012, 1,163 eran afroamericanos, 1,294, hispanos y 3,721, asiáticos.

¿Qué puedo hacer?

- Identificar adultos jóvenes prometedores de la comunidad.
- Ayudarles en el proceso de la solicitud de becas.
- Alentarles a ir detrás de su interés profesional para ampliar la diversidad de proveedores de atención médica.



- Explíquelo al grupo que, de manera mancomunada con Macy's y las comunidades locales, la American Heart Association está trabajando en lo siguiente:
 - Entrega de becas de \$2,500 cada una para contribuir a aumentar la cantidad de profesionales médicos diversos, y a mejorar la calidad de la atención centrada en el paciente y en las diferentes culturas.
 - Las becas multiculturales Go Red™ son otorgadas por el Macy's Multicultural Fund, creado en 2009 para fomentar una mayor diversidad en el ámbito de la medicina.
 - El programa de becas, que ya lleva tres años, promueve mayor inclusión de mujeres de origen multicultural en carreras médicas, de enfermería y afines del área médica para satisfacer mejor las necesidades de pacientes de diversas razas.
 - De acuerdo con las cifras de la Association of American Medical Colleges, el número de médicos graduados provenientes de minorías continúa en constante aumento.
 - De los 17,341 graduados de las facultades de medicina en 2012, 1,163 eran afroamericanos, 1,294, hispanos y 3,721, asiáticos.

Cambios en las políticas estatales logran un verdadero cambio

Los hospitales de Maryland informaron que debido a la expansión de Medicaid,

- hay un 62 por ciento menos de pacientes que no pueden pagar los servicios.
- hubo un 24 por ciento menos de pacientes sin cobertura en el primer trimestre de 2014.



- Explique al grupo:
 - La ACA está logrando verdaderos cambios en lo que se refiere a las posibilidades que tienen los pacientes de recibir la atención que necesitan por enfermedades cardíacas o accidentes cerebrovasculares.
 - En particular, las comunidades multiculturales registraron grandes bajas en los porcentajes de familiares, amigos y vecinos sin cobertura de seguro.
 - Ahora, los individuos en riesgo pueden recibir servicios preventivos y medicamentos necesarios para controlar los factores de riesgo y prevenir enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.
- Sin embargo, es necesario asegurarnos de que todos obtengan cobertura y la conserven.
 - Algunos de los beneficios de la ACA para los individuos con el ingreso más bajo se pierden si dichos individuos no tienen acceso a la expansión de Medicaid.
 - Muchas personas que viven por debajo del nivel de pobreza no son elegibles para recibir una cobertura subsidiada en el Mercado de Seguros Médicos.
 - Todavía hay individuos sin cobertura de seguro, incluyendo a aquellos que realmente necesitan del respaldo de Medicaid.
 - Se necesita del trabajo de los defensores a nivel estatal para convencer a los funcionarios públicos de ampliar Medicaid a fin de garantizar la cobertura a los niños y adultos que requieran atención médica.
- Maryland es el ejemplo de un estado que ha ampliado la cobertura de Medicaid.
 - El resultado ha sido favorable.
 - Tanto los hospitales como los pacientes se han beneficiado.
- La expansión de Medicaid garantiza que más personas sin seguro tengan acceso a la atención médica. También:
 - Crea más empleos en el área médica, lo cual impulsa la economía estatal.
 - Disminuye los costos de las salas de emergencia y, de esta manera, contribuye a mantener bajo control todos los costos de salud.

Apoyo del gobierno federal

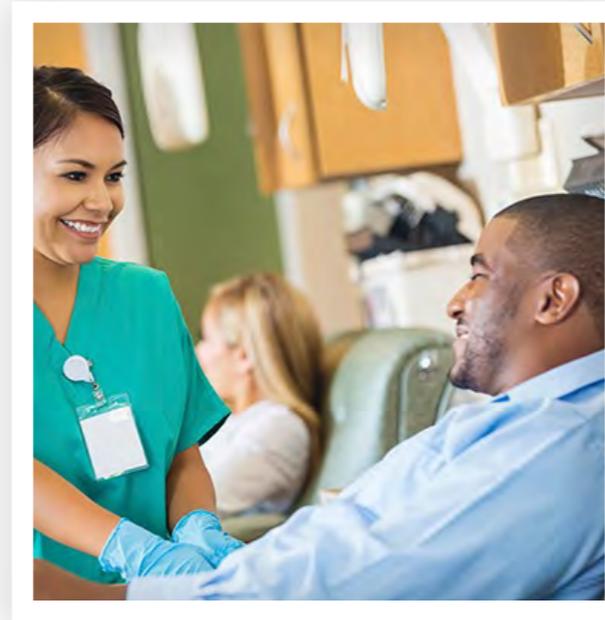


21 – Siguiendo las órdenes del médico

American Heart Association | American Stroke Association
Life is why™
EmPOWERED To Serve™
© 2015 American Heart Association, Inc.
Todos los derechos reservados. Prohibido de uso no autorizado.

NOTA PREVIA: Revise la lista de recursos para esta clase. Busque el enlace para el video así: “Hello my name is Clarissa”. Descargue el video antes del programa. O bien, omita la diapositiva.

- Reproduzca el video.
- Recalque el mensaje para el grupo.
 - La defensora del programa “You're the Cure” de la American Heart Association, Clarissa Garcia, les solicitó a los miembros del Congreso que a la hora de votar por los asuntos clave este año, tengan presente las historias de pacientes con enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.



Eliminar las diferencias

- Las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares afectan de manera desproporcionada a algunos grupos étnicos y raciales.
- La raza o etnia de una persona no debería aumentar su riesgo de sufrir una enfermedad cardíaca o un accidente cerebrovascular.
- Lamentablemente, también afecta las posibilidades de supervivencia de una persona, si sobreviviera.

- Explique:
 - Debemos acabar con las diferencias y garantizar el acceso a servicios de atención médica de calidad.
- Repase la información de la diapositiva.



Aportar soluciones

¿Qué podríamos hacer como comunidad para que todos puedan acceder fácilmente a la atención médica de calidad?

23 – Siguiendo las órdenes del médico



**EmPOWERED
To Serve™**

© 2015 American Heart Association, Inc.
Todos los derechos reservados. Prohibido de uso no autorizado.

- Lea la pregunta de la diapositiva.

Sútese a las iniciativas de la AHA

Trabaje por el bien de las comunidades multiculturales:

1. Cobertura médica de calidad, asequible y significativa para todos los residentes estadounidenses, apropiada según la cultura y el idioma del paciente.
2. Leyes diseñadas para ayudar a erradicar las disparidades en el ámbito de los servicios médicos.
3. Financiación para ofrecer evaluaciones de salud y programas gratuitos orientados a un estilo de vida saludable para mujeres de bajos ingresos, sin seguro médico o con cobertura médica insuficiente.
4. Informes de datos de atención médica mejorados.



- Repase la información de la diapositiva.
- Invite a los asistentes a debatir dónde se deben enfocar las energías como grupo.
 - A nivel local, podrían enfocarse en buscar posibles estudiantes para orientarles y ayudarles a lo largo del proceso de solicitud de becas.
 - A nivel estatal, tal vez se pueda organizar una campaña para escribir cartas y/o visitar a los funcionarios estatales.
 - A nivel federal, podrían sumarse a los esfuerzos de la American Heart Association para modificar las leyes y reglamentaciones federales, con el objetivo de ampliar el acceso a un buen servicio de salud en nuestra comunidad.
- Inicie la conversación con alguno de los siguientes temas o con todos ellos:
 - ¿Afecta a los miembros de nuestra comunidad el acceso limitado a servicios de atención médica de calidad?
 - ¿Cuáles creen ustedes que son algunas de las barreras que impiden lograr el acceso a los servicios de atención médica que necesitan?
 - ¿Qué tipos de medidas podemos tomar como comunidad para superar estas barreras?
 - ¿Qué medidas facilitarían a las personas de nuestra comunidad ir al médico a practicarse las evaluaciones de salud y otros chequeos de prevención?
 - ¿Qué podríamos hacer como comunidad para que haya un mayor acceso a la atención médica de calidad?
 - ¿Qué medidas podemos comprometernos a asumir HOY para progresar?



Punto #3

Sútese a **You're the Cure: Como voluntario o defensor y entre en acción.** www.yourthecure.org

Obtenga información sobre cómo:

- Participar en iniciativas a nivel local, estatal y federal para abogar por un cambio en su comunidad.
- Generar un cambio positivo en los temas que son importantes para usted, y para todos nosotros como comunidad.

- Repase la información de la diapositiva.
- Destaque que esta es una red nacional de personas cuyas iniciativas están generando cambios positivos a nivel local, estatal y federal.

Generemos el cambio junto a You're the Cure

**Enfoquémonos en los problemas
a los que queremos darles una
solución como grupo.**

- Sea parte de You're the Cure.
- Comparta nuestras historias en línea.
- Invite a cinco amigos a sumarse a You're the Cure.
- Responda a las alertas de acción.
- Pida a sus amigos que respondan a las alertas de acción compartiéndolas en Facebook y Twitter.



- Repase la información de la diapositiva.



Hagámonos escuchar

**Unidos como comunidad,
podemos generar un cambio
positivo.**

You're the Cure:

- Ofrece estructura y asesoramiento
- Orienta
- Ofrece actualizaciones
- Conecta con los contactos que AHA tiene en cada estado

- Repase la información de la diapositiva.
- Explique al grupo:
 - Súmese a You're the Cure.
 - Vaya a “Mi perfil”, donde verá nuestros contactos por estado.
 - Al trabajar con nuestros contactos por estado, podemos impulsar iniciativas a nivel estatal para luchar por el control del tabaco y por un aire más puro.
- Cuando se inscriba en “You're the Cure”, recuerde indicar que el “acceso a la atención médica” es un tema importante para usted.
 - Recibirá actualizaciones sobre el tema.
 - Se volverá parte de la comunidad “You're the Cure” que ayuda a otras personas a tener un mejor acceso a los servicios de atención médica.

Llamado a la acción

You're the Cure—Inscríbese, conozca más y ¡abogue por una causa!

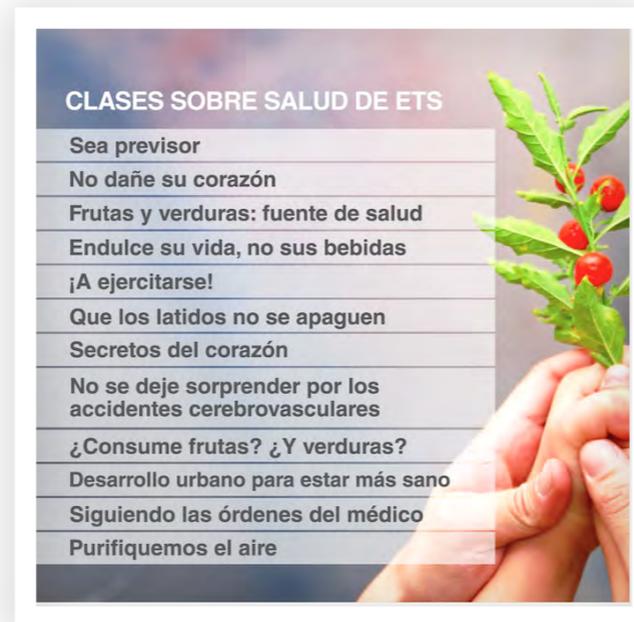
Hagamos que todos:

1. Se inscriban en los planes de salud.
2. Utilicen los servicios de salud preventivos.
3. Tengan igualdad de acceso a los servicios de atención médica.

***Comparta lo que aprendió con 5 amigos.
¡Pídales que se unan a usted para hablar
en nombre de la comunidad!***



- Repase el llamado a la acción que figura en la diapositiva.
- Recuérdale al grupo que se ha comprometido a _____ y aliéntelos nuevamente a inscribirse en www.yourethecure.com.



Fomente una filosofía de vida enfocada en la salud

Comprométase a actuar:

- Vaya a EmPoweredToServe.org.
- Evalúe su progreso con Marcando los 7 pasos para mi salud®.

Únase a nosotros para participar en más programas de ETS.

- Inste a todos a participar activamente en el movimiento EmPowered To Serve.
- Cuente a los participantes de qué manera sumarse a la megacomunidad de ETS les puede ayudar a adoptar un estilo de vida saludable.
- Inste a todo el grupo a asistir a futuras clases sobre salud de ETS.

Envolver



¡Apreciamos sus pensamientos!

- Publica lo que más le ha gustado en:
<http://community.empoweredtoserve.org/home>



- Agradezca a todos por haber asistido.
- Agradezca al moderador y a todos los voluntarios que le hayan ayudado a coordinar el programa.
- Reserve un momento para compartir la lectura de un texto motivador o pida al grupo que cante junto a usted una canción estimulante.
- **¡Advertencia!** Asegúrese de completar el cuestionario de embajador después de que sus participantes se han ido. Para obtener más detalles, consulte la página 11 del cuestionario de embajador.

EmPoweredToServe.org

Ayude a crear una filosofía de vida enfocada en la salud que sea fácil de implementar y mantener:

- Súmese a otras personas para impulsar un cambio positivo **duradero** (fácil de implementar y mantener).
- Infórmese sobre maneras de mejorar **las creencias y los hábitos de la comunidad** (filosofía de vida) con respecto a la salud.
- Comparta las mejores prácticas y desarrolle estrategias para promover **cuerpos, mentes y espíritus sanos** (salud).



- Coloque esta diapositiva a modo de cierre y déjela puesta hasta que todos los participantes se hayan ido.
- Colóquese junto a la puerta y recoja los formularios de comentarios.

Nuestro lema: EmPowered To Serve

...Trabajamos por el bien de la salud y de nuestra comunidad



La American Heart Association solicita que este documento sea citado como sigue:
American Heart Association EmPOWERED To Serve Health Lessons. empoweredtoserve.org
© 2015 American Heart Association