

Ventajas y desventajas del cambio

Use este folleto en la conversación con su nutricionista.

A veces los cambios del comportamiento pueden ser difíciles y llevar tiempo. Siempre hay ventajas y desventajas tanto para cambiar como para no hacerlo. Utilice la tabla a continuación para explorar las razones por las que puede querer o no cambiar cualquier comportamiento determinado.

Comportamiento: _____

	Conservar el comportamiento	Cambiar el comportamiento
Ventajas		
Desventajas		

Preguntas para mi médico

Pros and Cons of Change

Intermountain Health cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2019-2024 Intermountain Health. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema médico o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. ES563S - 11/24 (Last reviewed - 09/22) (Spanish translation by CommGap)