



# ÚNASE AL MOVIMIENTO

## *Asuma el compromiso por una vida saludable*

Es importante mantener un estilo de vida activo y saludable para controlar su enfermedad renal.

Los pacientes de diálisis deben prestar mucha atención a su estado general de salud y a su dieta, y toma decisiones saludables en su estilo de vida.

Para mantener su bienestar emocional en general, resulta esencial que haga niveles óptimos de actividad física y mantenga una nutrición apropiada. No solo aumentará su energía, sino también su calidad de vida.

El personal de los centros de la Red de Enfermedad Renal Terminal de IPRO lo invita a unirse a otros pacientes de diálisis en un compromiso para controlar activamente su bienestar.

### Compromiso por una vida saludable

- Me comprometo a darle la mayor prioridad a mi persona, mi salud y mi bienestar.
- Me comprometo a colaborar con mi campeón de bienestar y mi equipo interdisciplinario para tomar decisiones saludables para mi persona.
- Me comprometo a que un amigo me acompañe en el proceso.



***La motivación lo hace comenzar  
pero el MOVIMIENTO lo hace seguir avanzando.***

**Para obtener más información o para presentar una queja, por favor, comuníquese con nosotros:**

#### **Programa de la Red de Enfermedades Renales en Etapa Terminal de IPRO**

Oficina corporativa: 1979 Marcus Avenue, Lake Success, NY 11042-1072

Servicios para pacientes: (516) 231-9767 • Número de llamada gratuita: (800) 238-3773

Correo electrónico: [esrdnetworkprogram@ipro.org](mailto:esrdnetworkprogram@ipro.org) • Sitio web: [esrd.ipro.org](http://esrd.ipro.org)