

PROMOCIÓN Y MANTENIMIENTO DE SALUD

Instrucciones de egreso para pacientes de Urología

- 1. Le recomendamos mantener una rutina de alimentación equilibrada** que contenga proteína, fruta y verdura de acuerdo a sus restricciones individuales.



- 3. Realice actividad física que se le haya recomendado de manera regular.**



- 5. Procure dormir el tiempo suficiente para asegurar un descanso adecuado,** esto le permitirá mantenerse con la energía necesaria para el día siguiente.



- 7. Mantenga su esquema de vacunación al día.**



- 2. Mantenga una ingesta de líquidos abundantes.** Si no tiene contraindicación esto le protegerá del desarrollo de infecciones urinarias y formación de cálculos.



- 4. Tome sus medicamentos a tiempo y sin olvidos.**



- 6. Evite el consumo de alcohol, y de cigarrillo que son nocivos para su salud.**

