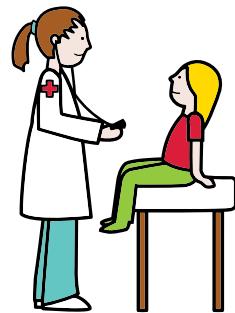
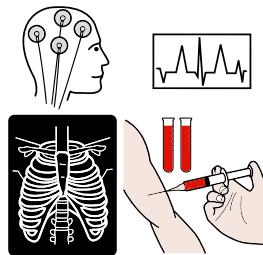


LIBRO DE LA SALUD

AFANIAS - Asociación Pro Personas con Discapacidad Intelectual



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

FACILITADOR
SANITARIO

Afanias

fuden

Libro de la Salud

Editado por:

- Fuden (Fundación para el Desarrollo de la Enfermería), entidad distinguida con el Sello de Transparencia y Buen Gobierno de la Coordinadora de Organizaciones no Gubernamentales para el Desarrollo (ONGD) de España y acreditada como Unidad de Cultura Científica y de la Innovación (UCC+i) por la Fundación Española para la Ciencia y la Tecnología (FECYT), dependiente del Ministerio de Ciencia e Innovación.
- Afanias - Asociación Pro Personas con Discapacidad Intelectual.

Patrocinado por: Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.

Tercera edición: Noviembre 2025

ISBN: 978-84-19806-30-7

Depósito legal: M-24725-2025

Impresión: Afanias Gráficas y Manipulados, SLU
C/ Aeronáuticas, 15. 28923 Alcorcón (Madrid) - www.afanias.org / www.graficasafanias.org

El *Libro de la Salud* ha sido creado por Afanias (<https://afanias.org>) y se distribuye bajo Licencia Creative Commons, bajo las condiciones siguientes: *Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0)*. Los símbolos pictográficos utilizados en este libro son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (<http://arasaac.org>) que los distribuye bajo Licencia Creative Commons, bajo las condiciones siguientes: *Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España (CC BY-NC-SA 3.0 ES)*:

BY Reconocimiento — Debe reconocer adecuadamente la autoría, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de una manera que sugiera que tiene el apoyo del licenciador o lo recibe por el uso que hace.

NC NoComercial — No puede utilizar el material para una finalidad comercial.

ND SinObraDerivada — Si remezcla, transforma o crea a partir del material, no puede difundir el material modificado.

SA CompartirIgual — Si remezcla, transforma o crea a partir del material, deberá difundir sus contribuciones bajo la misma licencia que el original.

No hay restricciones adicionales — No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que legalmente restrinjan realizar aquello que la licencia permite.



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



COORDINADORES

Javier Alonso Henar

Afanias

Marisa Cazorla Ruiz

Afanias

Amelia Amezcuá Sánchez

Fuden

Isabel de Castro Blanco

Fuden

COLABORADORES

Elisabeth Sánchez Vega

Cristhian Ernesto Suárez Toledo

Equipo de validación
de Afanias

Sara Zarcero Sánchez

Jonathan Salinas Beltrán

Área de accesibilidad
e Inclusión de
Afanias

María Garagorri Velasco

Alba Núñez Gómez

María Melchor Sanz

Fernando de Pedro Sopeña

Emilio Beardo Olivares

Manuel Ramón Rey Doval

Arantxa García Ramos

TÉCNICA DE PROYECTO

Inmaculada Vela Guillén

MAQUETACIÓN

David Borreguero Fuster

¿Qué es el libro de la salud?

El libro de la salud es una herramienta pensada para facilitar la comunicación entre pacientes y profesionales de la sanidad de forma recíproca.

Es importante que la persona pueda expresar por sí mismo lo que le sucede, y permitirle usar su sistema de comunicación si lo necesita. El libro cuenta con pictogramas relacionados con la salud.

También ayuda que nos entiendan cuando reciben información de lo que les sucede, o sobre las pruebas que les van a hacer.

¿Cómo se utiliza?

Todas las personas para poder utilizar de forma satisfactoria el Libro de la Salud, necesitarán un entrenamiento y aprendizaje previo en el uso e interpretación de pictogramas.

- Mostrar el Libro de la Salud a la persona que lo va a utilizar.
- Trabajar con la persona para asociar los pictogramas a su significado.
- Comprobar que la persona conoce el significado de todos los pictogramas.
- Si no reconoce algún pictograma, se buscaría una imagen que sí asocie, y se añadirá encima sustituyendo la anterior.
- El libro dispone de dos páginas en blanco al final para añadir pictogramas específicos y necesarios para la persona, dando la opción de personificarlo.

Utilizando el libro

Si la persona puede señalar de forma autónoma

- Se facilitará a la persona el libro para que pueda ver y señalar cómodamente.
- Esperar a que la persona busque y señale el pictograma elegido. Cada persona requiere sus tiempos, hemos de tener paciencia.
- Una vez que la persona señale el pictograma, deberemos confirmar con él que es el mensaje que quiere comunicar.

Si la persona no puede señalar de forma autónoma

- Se colocará el libro en una posición cómoda para ver los pictogramas.
- Se irán mostrando las distintas áreas del libro. Cuando lleguemos al área deseada, la persona nos hará un gesto afirmativo.
- Señalaremos en orden cada uno de los pictogramas del área elegida, verbalizando en alto cada uno. Cuando se señale y pronuncie el pictograma deseado, la persona realizará su respuesta afirmativa, respuesta previamente acordada.
- Puede ocurrir que la persona necesite un mayor tamaño de las imágenes/pictogramas. Si requiere cambiar el tamaño de los pictogramas incluidos o necesita otros, disponemos de una versión adaptada en soporte digital.

Índice

REVISIONES DE SALUD	7
¿Qué solicito?	9
¿Qué me pasa?	11
Pruebas médicas	16
¿Quién me va a ver?	20
¿Qué tengo?	23
¿Qué me han mandado?	26
INGRESO HOSPITALARIO	31
Ingreso (urgencias/programado)	33
Quiero avisar a	35
¿Qué quiero?	36
¿Qué necesito?	38

ESPECIALIDADES	43
Salud Bucodental.....	45
Salud Mental.....	49
Pediatría.....	52
Rehabilitación	54
Alergias	57
Mujer.....	59
Hombre.....	64
OTRAS NECESIDADES.....	67
Envejecimiento	69
Cambios posturales	71
Sondas.....	73
Productos de apoyo	74
Hábitos saludables	77
Necesidades sensoriales	80
COVID-19	91

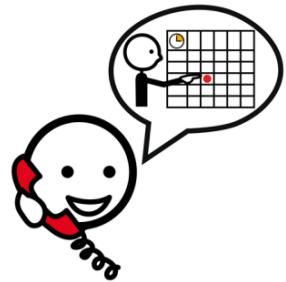
REVISIONES DE SALUD



¿QUÉ SOLICITO?



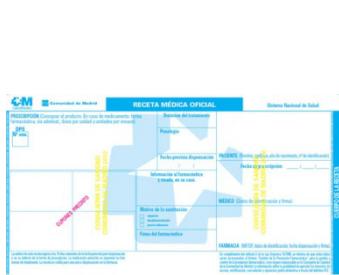
9



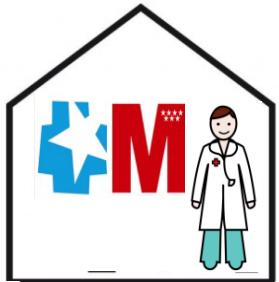
CITA PREVIA



HOSPITAL



RECETA



CENTRO DE SALUD



INFORME MÉDICO



TARJETA SANITARIA



EMERGENCIAS



AMBULANCIA

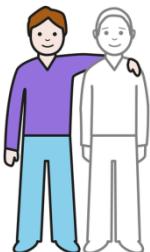
¿QUÉ SOLICITO?



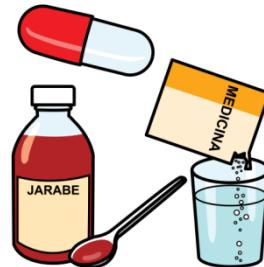
10



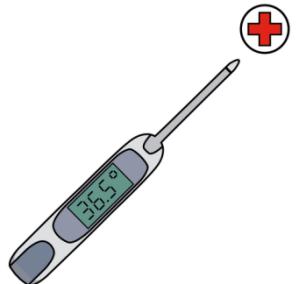
FARMACIA



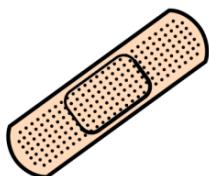
ACOMPAÑAMIENTO



MEDICACIÓN



TERMÓMETRO



TIRITA



CURAR



VENDA

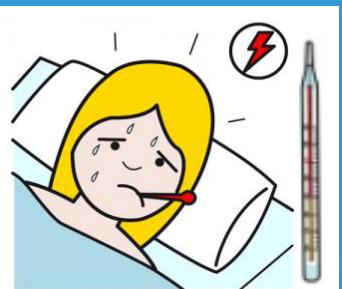


PASTILLERO

¿QUÉ ME PASA?



11



FIEBRE



VOMITOS



DIARREA



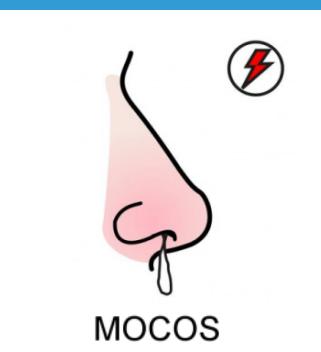
ESTREÑIMIENTO



ESTORNUDO



TOS



MOCOS



CORTE

¿QUÉ ME PASA?



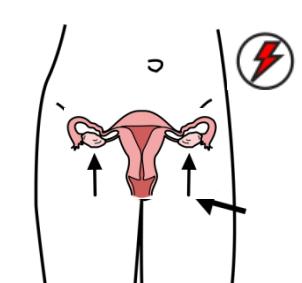
12



DOLOR DE MUELAS



DOLOR DE ESTÓMAGO



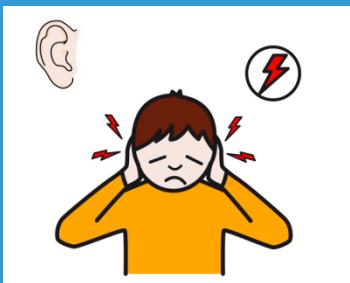
DOLOR DE OVARIOS



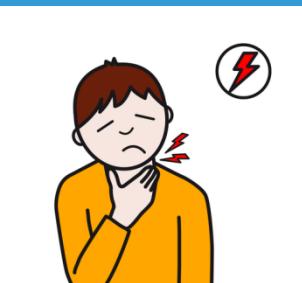
DOLOR DE CABEZA



DOLOR DE ESPALDA



DOLOR DE OÍDOS



DOLOR DE GARGANTA

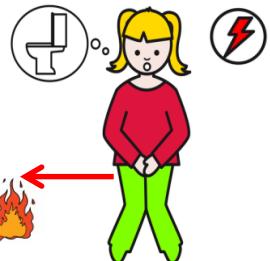


DOLOR DE BRAZO

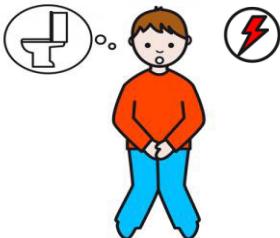
¿QUÉ ME PASA?



13



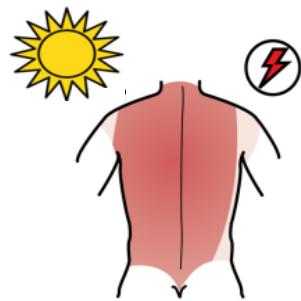
ESCOZOR AL ORINAR



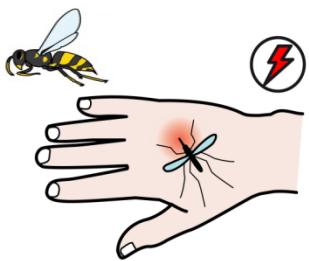
ESCOZOR AL ORINAR



QUEMADURA



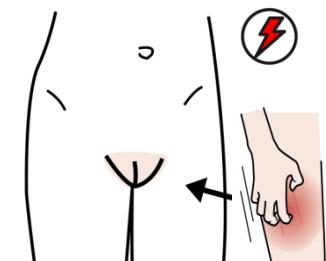
QUEMADURA SOLAR



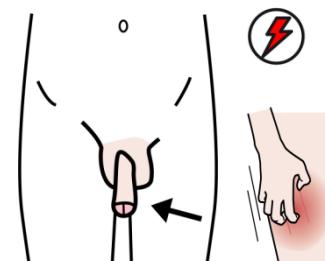
PICADURA



PICOR



PICOR GENITAL



PICOR GENITAL

¿QUÉ ME PASA?



14



NERVIOSO



INSOMNIO



SUEÑO



GASES



FRÍO



CALOR



SUDORES



MAREADO

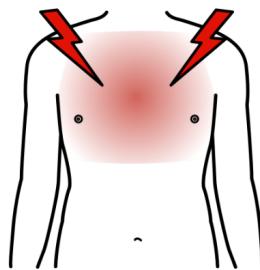
¿QUÉ ME PASA?



15



MORATÓN



DOLOR DE PECHO

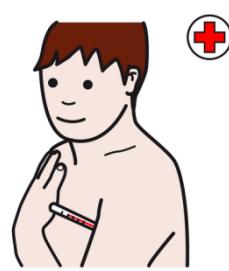
PRUEBAS MÉDICAS



16



TOMAR LA TENSIÓN



TERMÓMETRO



TOMAR EL PULSO



SATURACIÓN DE OXÍGENO



MIRAR GARGANTA



ANÁLISIS DE ORINA



AUSCULTAR



CURAR

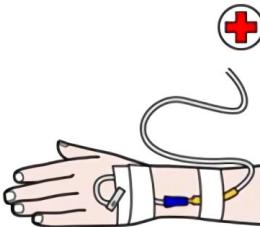
PRUEBAS MÉDICAS



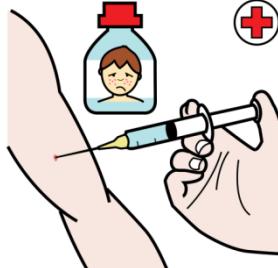
17



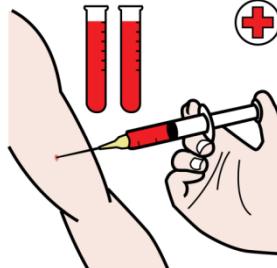
PRUEBA DE GLUCOSA



VIA



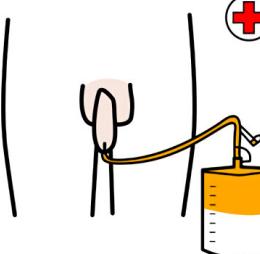
PINCHAR



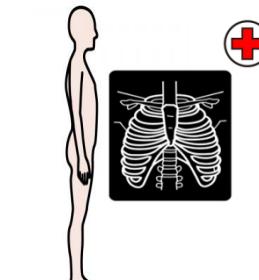
ANÁLISIS



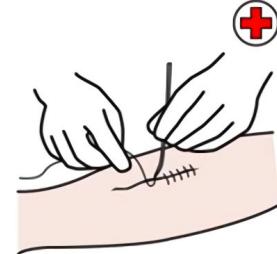
MIRAR OÍDOS



SONDA



RADIOGRAFÍA

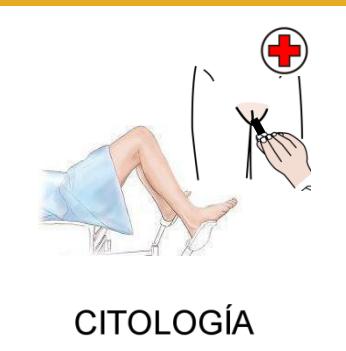
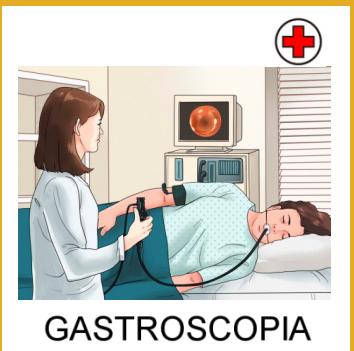


PUNTOS

PRUEBAS MÉDICAS



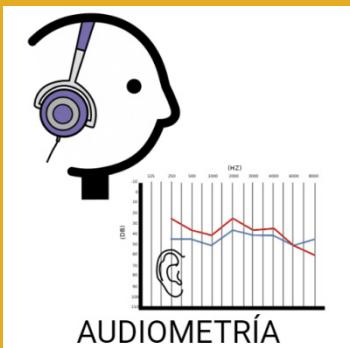
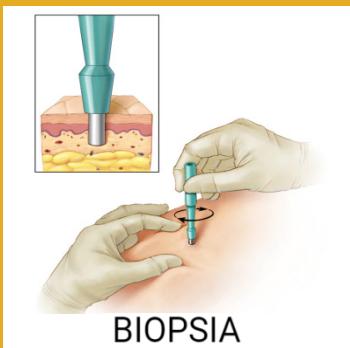
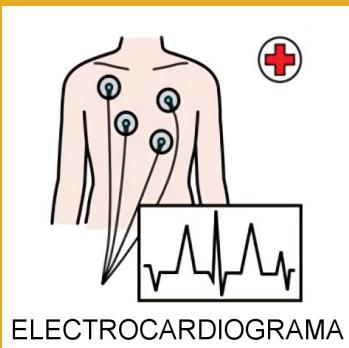
18



PRUEBAS MÉDICAS



19



¿QUIÉN ME VA A VER?



20



MÉDICO



ENFERMERA



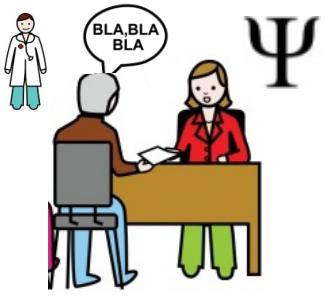
CIRUJANA



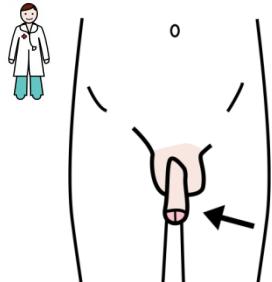
ANESTESISTA



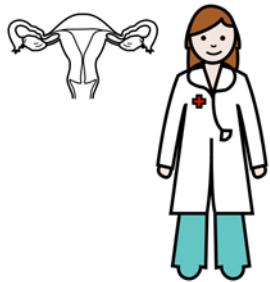
PSIQUIATRA



PSICÓLOGA



URÓLOGO

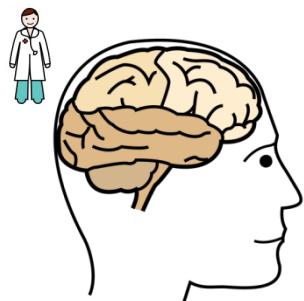


GINECÓLOGA

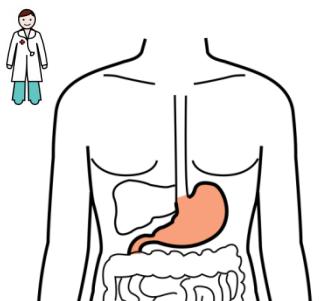
¿QUIÉN ME VA A VER?



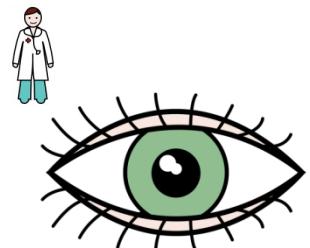
21



NEURÓLOGA



DIGESTIVO



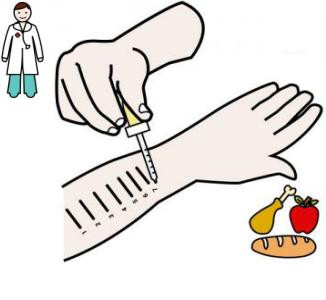
OFTALMÓLOGA



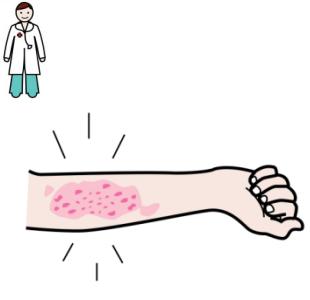
DENTISTA



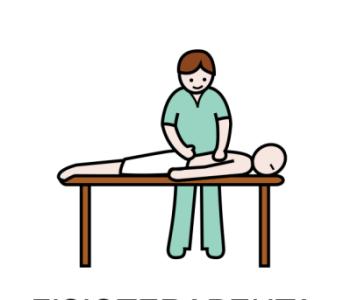
PODÓLOGO



ALERGÓLOGA



DERMATÓLOGA



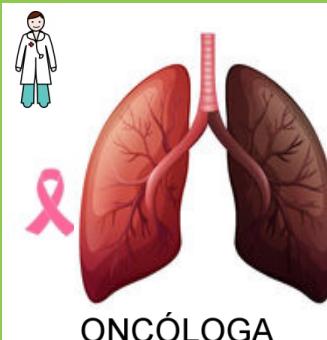
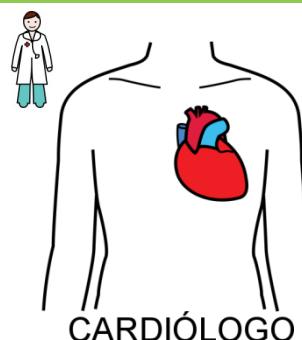
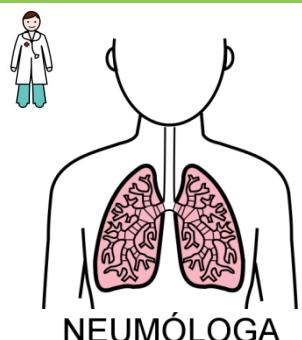
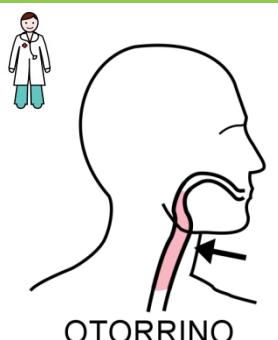
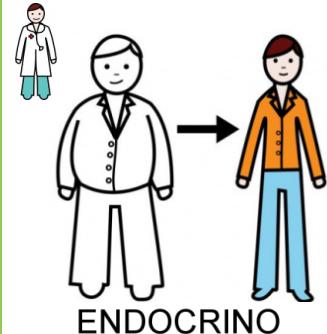
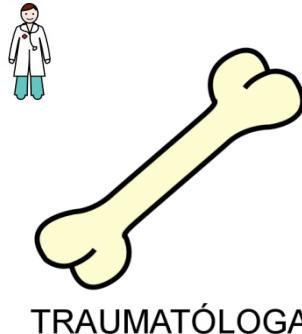
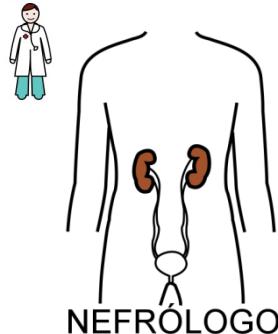
FISIOTERAPEUTA

Especialista

¿QUIÉN ME VA A VER?



22



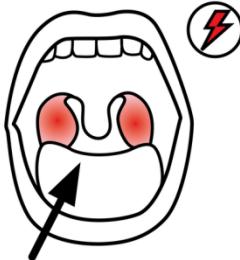
¿QUÉ TENGO?



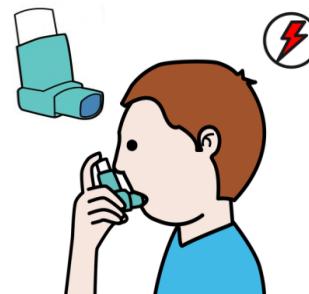
23



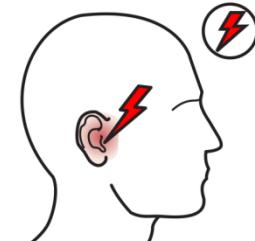
GRIPE



ANGINAS



ASMA



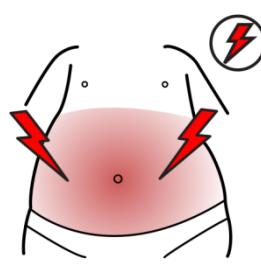
OTITIS



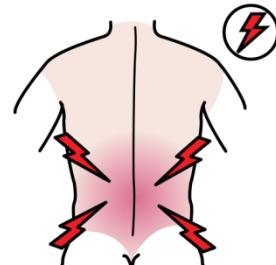
CONJUNTIVITIS



ALERGIA



GASTRITIS



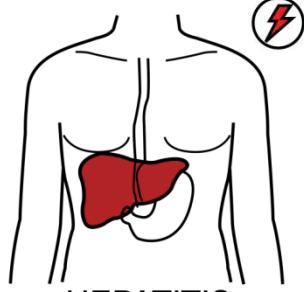
LUMBALGIA

Diagnóstico

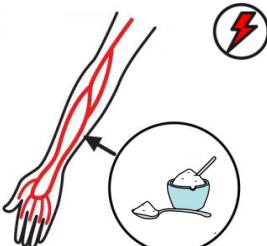
¿QUÉ TENGO?



24



HEPATITIS



DIABETES



CARIES



FRACTURA



INFECCIÓN URINARIA



ESGUINCE



HIPERTENSIÓN



HONGOS

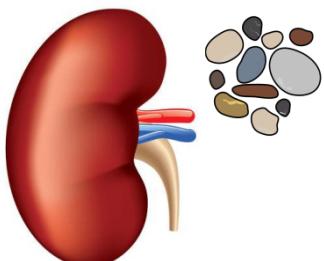
¿QUÉ TENGO?



25



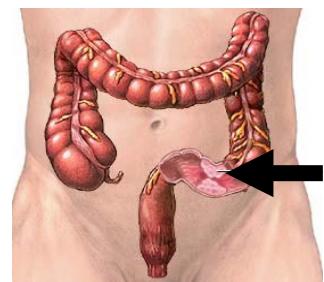
GOTA



PIEDRAS EN EL RIÑON



ÚLCERA POR PRESIÓN



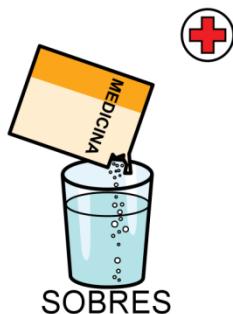
OBSTRUCCIÓN INTESTINAL

Diagnóstico

¿QUÉ ME HAN MANDADO?



26



SOBRES



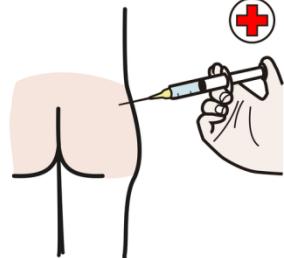
PASTILLAS



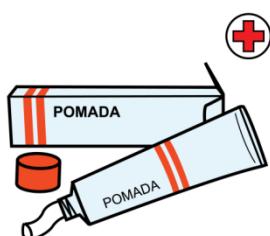
JARABE



SPRAY NASAL



INYECIÓN



POMADA



COLIRIO



GOTAS OÍDO

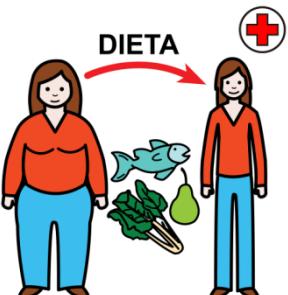
¿QUÉ ME HAN MANDADO?



27



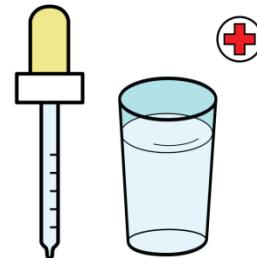
INHALADOR



DIETA



HACER GÁRGARAS



GOTAS



MEDIAS COMPRESIÓN



AUDÍFONO



GAFAS



MÁQUINA CPAP

Tratamiento

¿QUÉ ME HAN MANDADO?



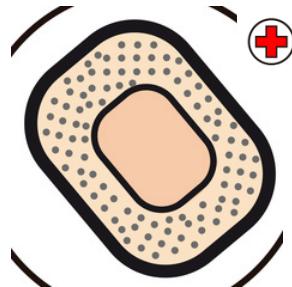
28



CABESTRILLO



ESCA YOLA



PARCHES



SUPOSITORIO



CALOR LOCAL



FRÍO LOCAL



TOBILLERA

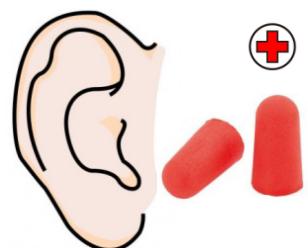


MUÑEQUERA

¿QUÉ ME HAN MANDADO?



29



TAPONES



INSULINA



REPOSO



OXÍGENO



PIES EN ALTO



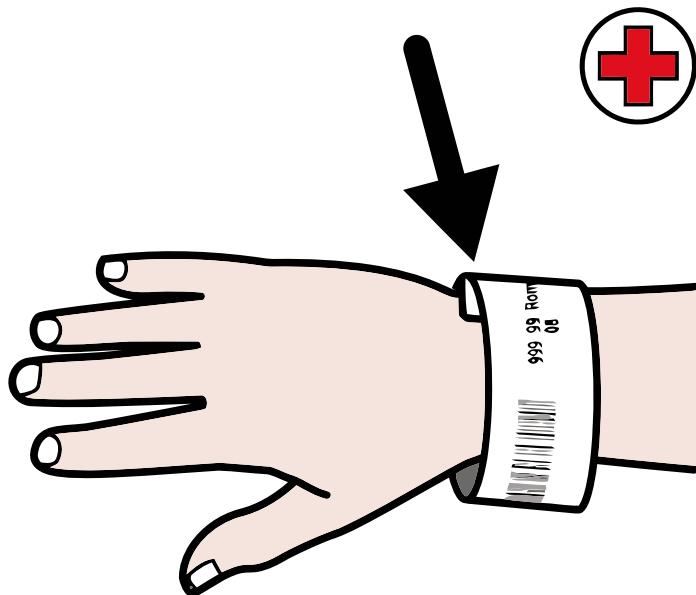
VACUNA



AYUNAR

Tratamiento

INGRESO HOSPITALARIO



Ingreso

INGRESO POR URGENCIAS

33



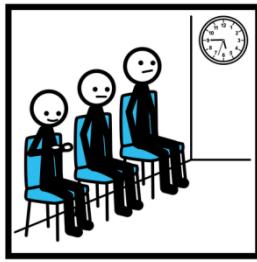
TARJETA SANITARIA



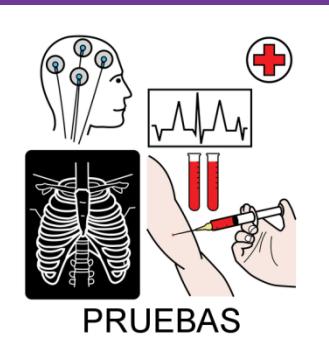
ADMISIÓN



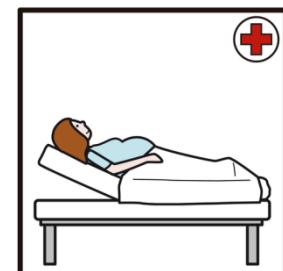
PULSERA HOSPITALARIA



SALA DE ESPERA



PRUEBAS



HABITACIÓN DE HOSPITAL



CASA



TRATAMIENTO

INGRESO PROGRAMADO



34



INFORME MÉDICO



TARJETA SANITARIA



OBJETOS PERSONALES



DNI



ROPA INTERIOR



BATA



ZAPATILLAS



UTENSILIOS DE ASEO

QUIERO AVISAR A...



35



MÉDICO



ENFERMERA



AUXILIAR DE ENFERMERIA



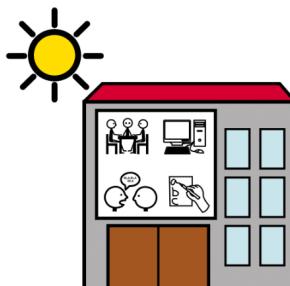
CELADOR



FAMILIA



AMIGOS



CENTRO OCUPACIONAL



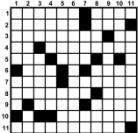
RELIGIOSO

Avisar a...

¿QUÉ QUIERO?



36



5	3	7
6		
9	8	1 9 5
		6
8		6 3
4	8	3 1
7	2	6
6		2 8
	4 1 9	5
	8	7 9

HACER PASATIEMPOS



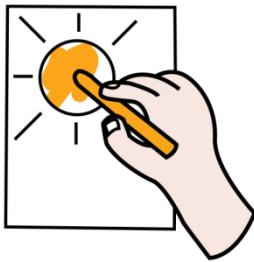
VER LA TELEVISIÓN



CAMBIAR DE CANAL



APAGAR LA TELEVISIÓN



PINTAR



ESTAR SOLO



ACOMPAÑADA



PASEAR

¿QUÉ QUIERO?



37



VER LA PRENSA



USAR EL MÓVIL



CARGAR EL MÓVIL



LEER



ESCuchar LA RADIO



DORMIR



TABLET



MANTA

¿QUÉ NECESITO?



38



AVISAR



BEBER AGUA



DUCHA



LAVARSE LAS MANOS



LAVAR LOS DIENTES



ENJUAGAR LA BOCA



LAVAR LA CARA



VOMITAR

¿QUÉ NECESITO?



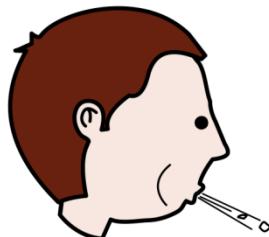
39



PEINARSE



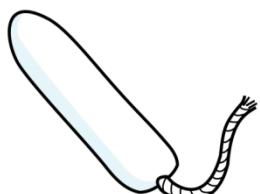
AFEITADO



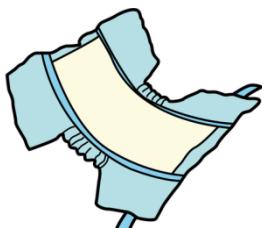
ESCUPIR



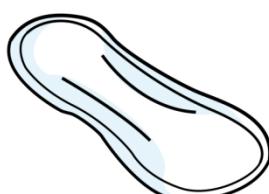
SONARSE LA NARIZ



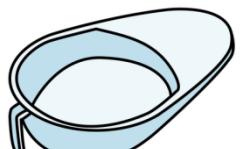
TAMPÓN



PAÑAL



COMPRESA



CUÑA

¿QUÉ NECESITO?



40



BAÑO



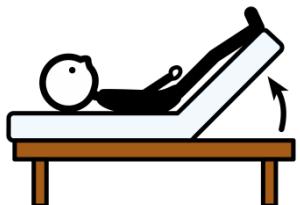
CORTAR UÑAS



SILLÓN



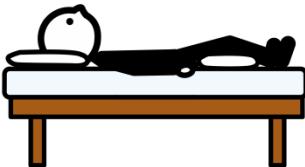
CAMA



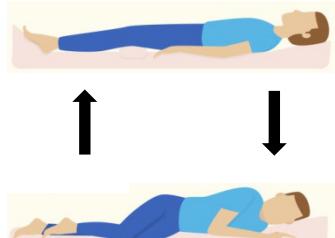
SUBIR LOS PIES



SUBIR LA CABEZA



ESTAR RECTO

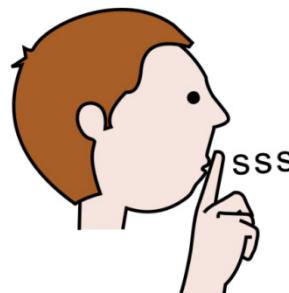


CAMBIO POSTURAL

¿QUÉ NECESITO?



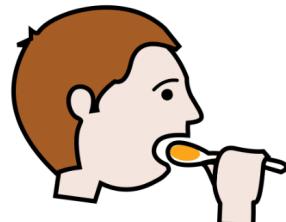
41



SILENCIO



DINERO



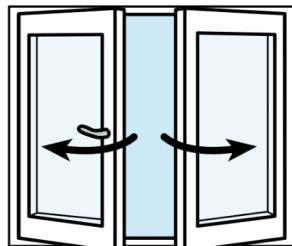
COMER



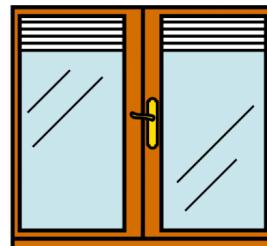
MESA AUXILIAR



ORINAL DE BOTELLA

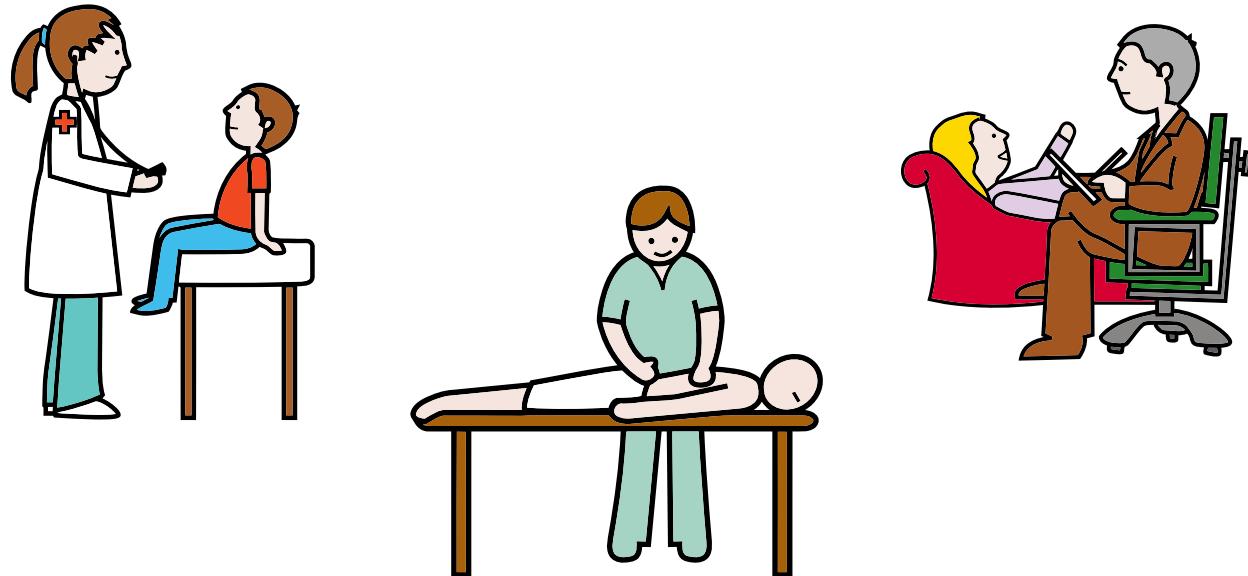


ABRIR LA VENTANA



CERRAR VENTANA

ESPECIALIDADES



Especialidades

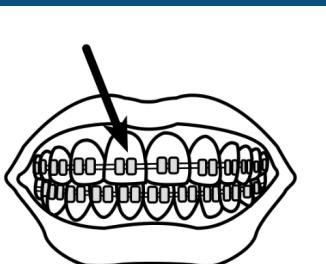
SALUD BUCODENTAL



45



DENTISTA



ORTODONCIA



DOLOR DE MUELA



ENCÍAS INFLAMADAS



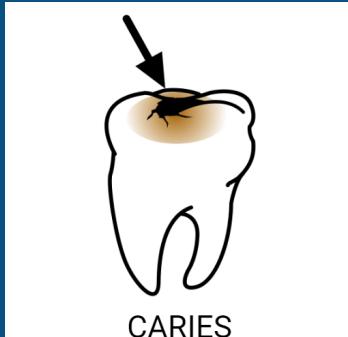
SANGRADO DE ENCÍAS



CAERSE EL DIENTE



HACER UN EMPASTE



CARIES

SALUD BUCODENTAL



46



SARRO



RADIOGRAFÍA DE LA BOCA



SILLÓN ODONTOLÓGICO



CEPILLO Y PASTA DE DIENTES



HILO DENTAL



ENJUAGUE BUCAL



ENJUAGARSE LA BOCA



ENJUAGARSE CON SAL

SALUD BUCODENTAL



47



IMPLANTE DENTAL



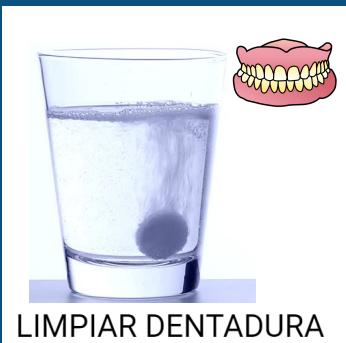
LIMPIEZA DENTAL



PROTECTOR DIENTES



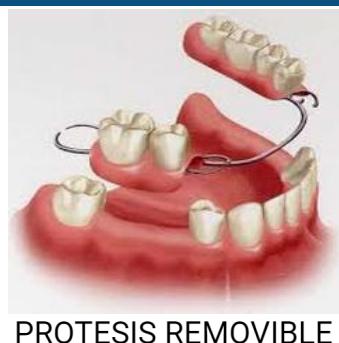
PROTESIS DENTAL



LIMPIAR DENTADURA



PEGAMENTO DENTAL

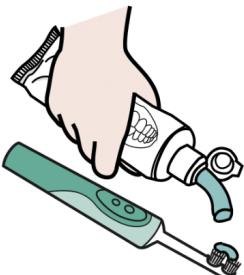


PROTESIS REMOVIBLE

SALUD BUCODENTAL



48



ECHAR PASTA DE DIENTES



CEPILLAR LOS DIENTES



ENJUAGAR LA BOCA



LIMPIAR LOS INCISIVOS



LIMPIAR LOS PREMOLARES



LIMPIAR LOS MOLARES

SALUD MENTAL



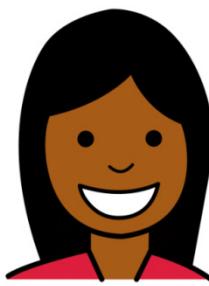
49



ENFADADO



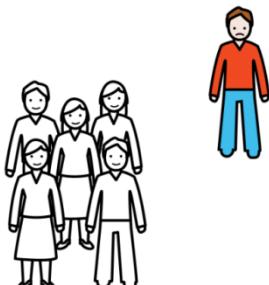
NERVIOS



CONTENTA



MIEDO



SENTIRSE SOLO



AUTOLESIONAR



RABIA

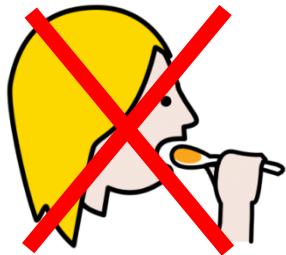


INSOMNIO

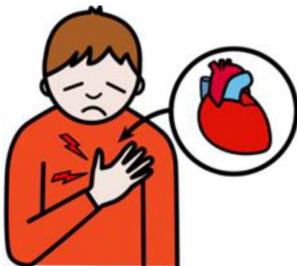
SALUD MENTAL



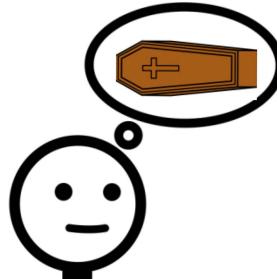
50



NO QUERER COMER



TAQUICARDIA



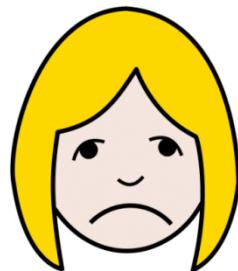
IDEAS DE SUICIDIO



SUJECCIÓN MECÁNICA



PROVOCAR EL VÓMITO



TRISTE



DEPRESIÓN

SALUD MENTAL



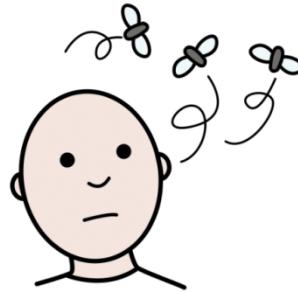
51



DORMIR TODO EL DÍA



CANSADO



DISTRÁIDO



PREOCUPADA

PEDIATRÍA



52



PEDIATRA



AUSCULTAR



MEDIR



PESAR



LAVADO NASAL



NEBULIZADOR



MEDIR LA CABEZA



VACUNA



PEDIATRÍA



53



MIRAR GARGANTA



MIRAR OÍDOS



DOLOR DE ESTÓMAGO



JARABE

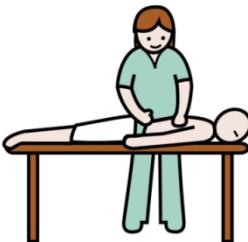
REHABILITACIÓN



54



PARALELAS



MASAJE



APLICAR FRÍO



LÁMPARA DE CALOR



CINTA DE ANDAR



BICICLETA ESTÁTICA



PESAS

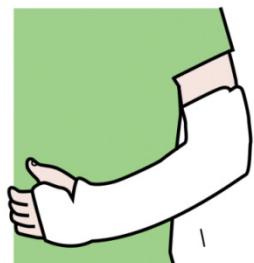


BOLSA DE CALOR

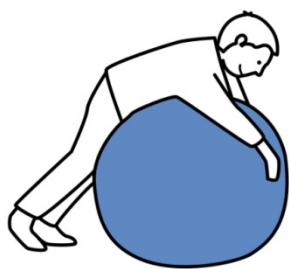
REHABILITACIÓN



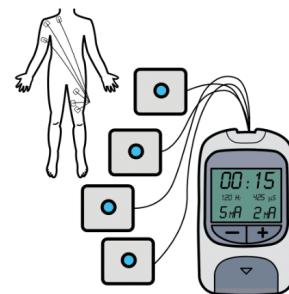
55



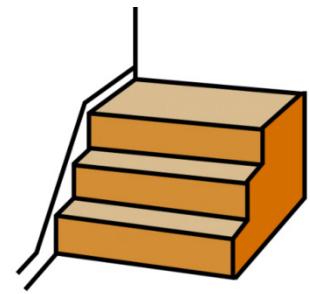
ESCAOLA



PELOTA TERAPÉUTICA



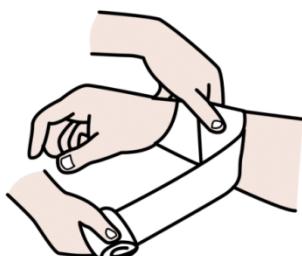
ELECTROESTIMULADOR



ESCALERA



VENDAJE NEUROMUSCULAR



VENDAR



Luz INFRAROJA



PICA

REHABILITACIÓN



56



REHABILITACIÓN RESPIRATORIA



GIMNASIO



CAMILLA



MANTA ELÉCTRICA

ALERGIAS



57



ALERGIA AL PESCADO



ALERGIA AL OLIVO



ALERGIA AL POLVO



ALERGIA A LOS LÁCTEOS



ALERGIA A LOS FRUTOS SECOS



ALERGIA A LA FRUTA



ALERGIA A MEDICAMENTOS

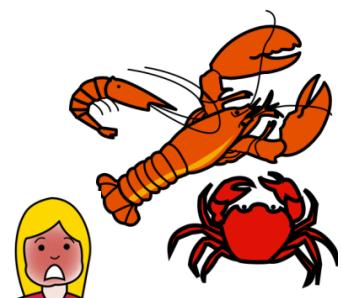


ALERGIA A LAS MASCOTAS

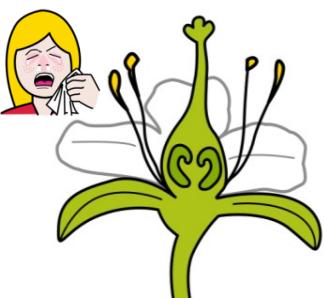
ALERGIAS



58

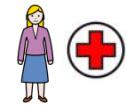


ALERGIA AL MARISCO

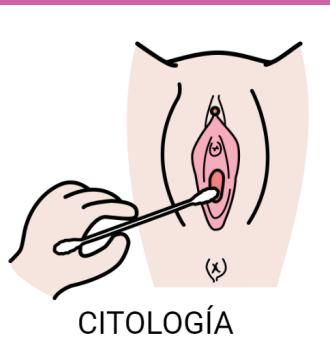


ALERGIA AL POLEN

MUJER



59



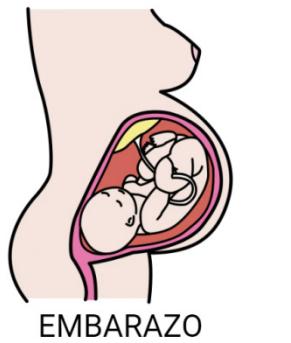
MUJER



60



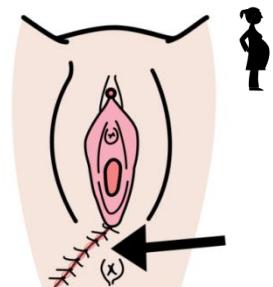
TEST DE EMBARAZO



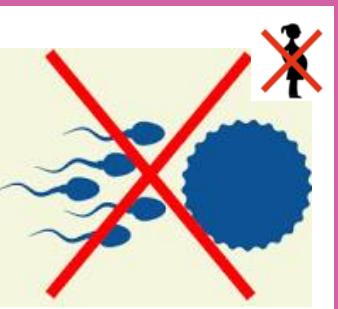
EMBARAZO



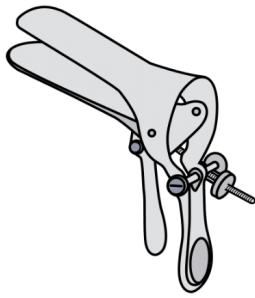
MATRONA



EPISIOTOMÍA



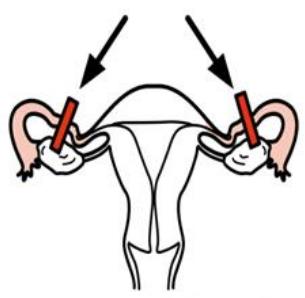
ESTÉRIL



ESPÉCULO

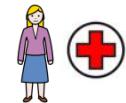


CAMA DE EXPLORACIÓN

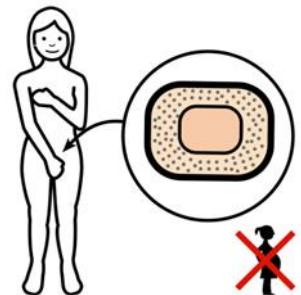


LIGADURA DE TROMPAS

MUJER



61



PARCHE ANTICONCEPTIVO



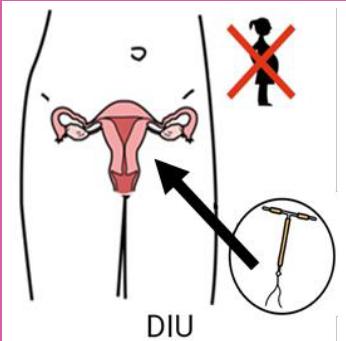
PRESERVATIVO



PÍLDORA ANTICONCEPTIVA



IMPLANTE ANTICONCEPTIVO



DIU



ÓVULOS PARA INFECCIÓN



MAL OLOR



MAL OLOR

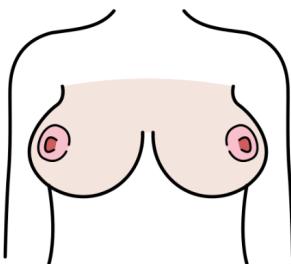
MUJER



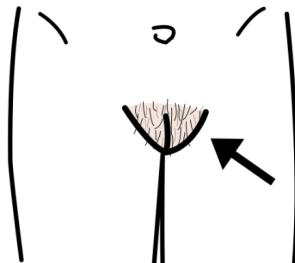
62



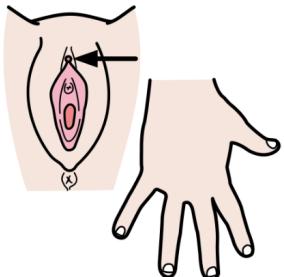
TENER LA REGLA



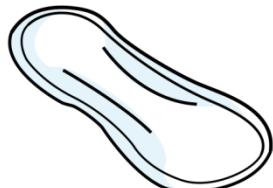
DESARROLLO DEL PECHO



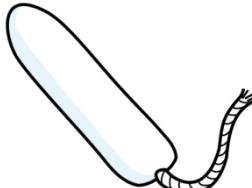
VELLO PÚBICO



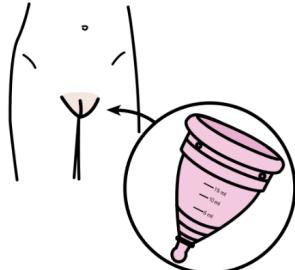
MASTURBACIÓN



COMPRESA



TAMPÓN



COPA MENSTRUAL

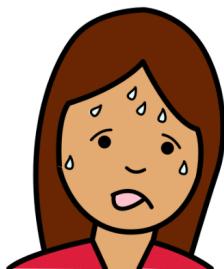


ABUSO SEXUAL

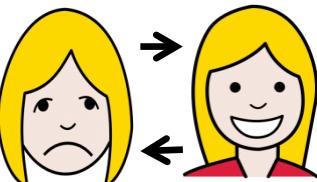
MUJER



63



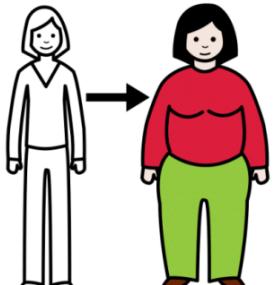
SUDORES



CAMBIOS DE HUMOR



INSOMNIO



ENGORDAR



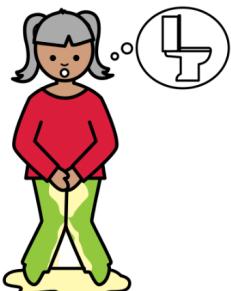
DOLOR DE CABEZA



NO MENSTRUACIÓN



DENSIOMETRÍA OSEA

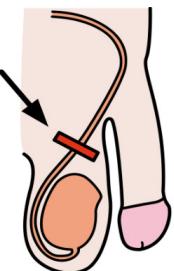


INCONTINENCIA URINARIA

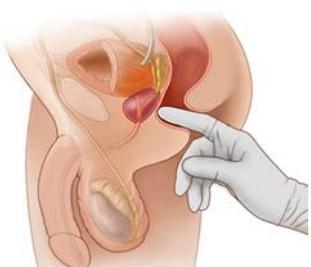
HOMBRE



64



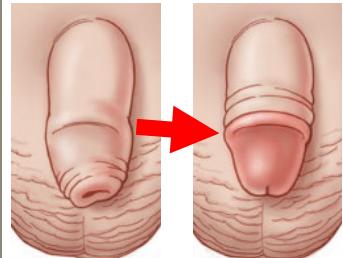
VASECTOMÍA



TACTO RECTAL



DISFUNCIÓN ERECTIL



FIMOSIS



PRESERVATIVO



POR TRANSMISIÓN SEXUAL



ESTÉRIL



ORINAR MUCHO

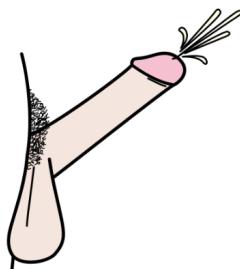
HOMBRE



65



MASTURBACIÓN



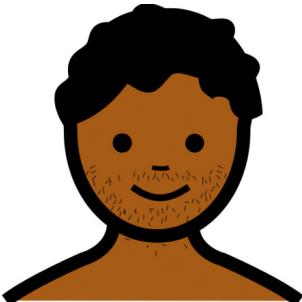
EYACULAR



NO PODER EYACULAR



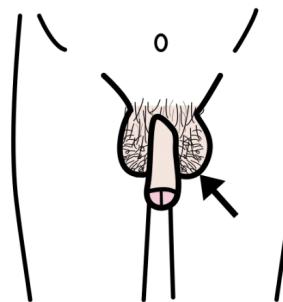
ABUSO SEXUAL



VELLO EN LA CARA

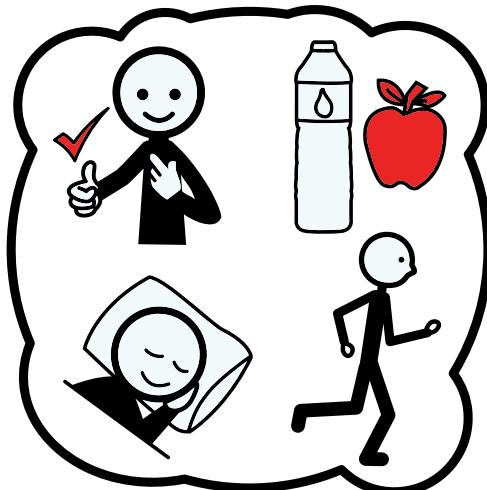


VELLO CORPORAL



VELLO EN GENITALES

OTRAS NECESIDADES

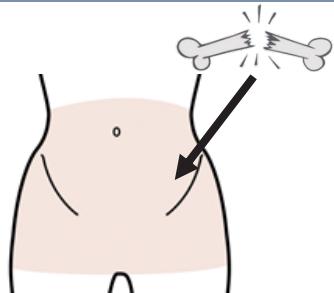


Otras
necesidades

ENVEJECIMIENTO



69



FRACTURA DE CADERA



ARTRITIS



ALZHEIMER



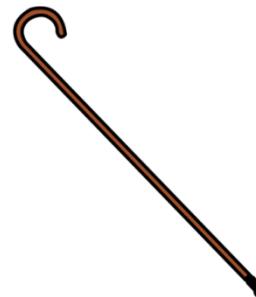
CATARATA



AUDÍFONO



DENTADURA POSTIZA



BASTÓN

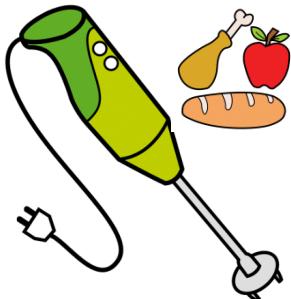


ANDADOR

ENVEJECIMIENTO



70



TRITURAR COMIDA



ESPESANTE



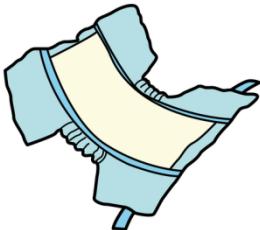
GERONTOGIMNASIA



CUIDADORA



GAFAS



PAÑAL



EVITAR CAIDAS



BEBER AGUA

CAMBIOS POSTURALES



71



LEVANTAR



ACOSTAR



DE LADO



BOCA ABAJO



BOCA ARRIBA



SUBIR LOS PIES



BAJAR LOS PIES



SILLÓN

CAMBIOS POSTURALES



72



CAMA ARTICULADA



SUBIR CABECERO



BAJAR CABECERO



CAMBIO DE POSTURA



SENTAR EN LA SILLA

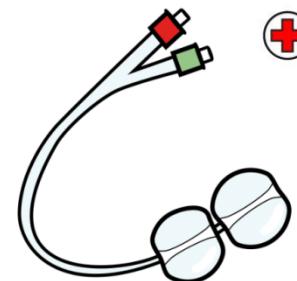


LEVANTAR DE LA SILLA

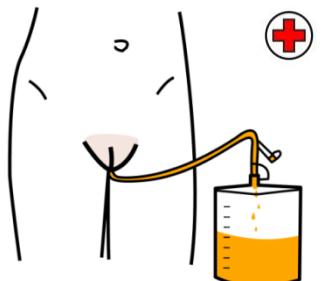
SONDAS



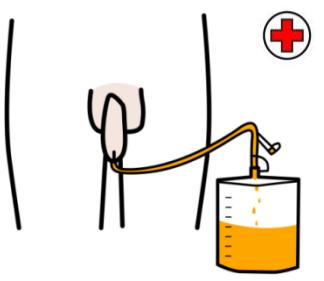
73



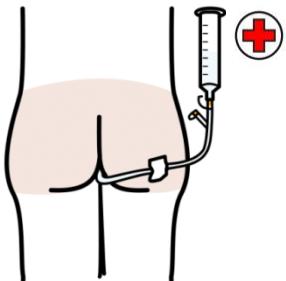
SONDA DE DOBLE BALÓN



SONDA VESICAL



SONDA VESICAL



SONDA RECTAL



SONDA NASOGÁSTRICA



SONDA PEG

PRODUCTOS DE APOYO



74



SILLA DE RUEDAS



SILLA DE DUCHA



MULETAS



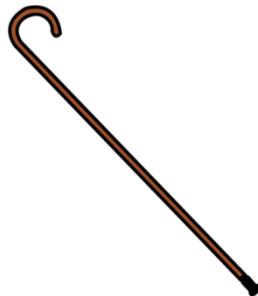
ORINAL DE BOTELLA



COLCHON ANTIESCARAS



COJIN ANTIESCARAS



BASTÓN



ANDADOR

PRODUCTOS DE APOYO



75



CUBIERTOS ADAPTADOS



PLATO ADAPTADO



VASO ADAPTADO



BARRA DE SEGURIDAD



ESPONJA ADAPTADA



CUADERNO DE COMUNICACIÓN



BARRA PARA EL BAÑO

PRODUCTOS DE APOYO



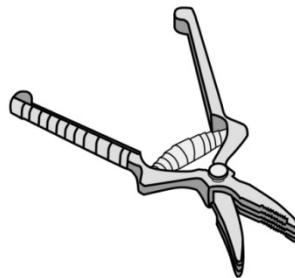
76



BARANDILLA PARA CAMA



GRÚA HOSPITALARIA



MASTICADOR DE ALIMENTOS



ESCALERA DE APOYO

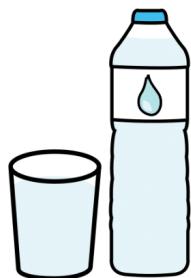


PROTESIS

HÁBITOS SALUDABLES



77



5 VASOS DE AGUA AL DÍA



PESO SALUDABLE



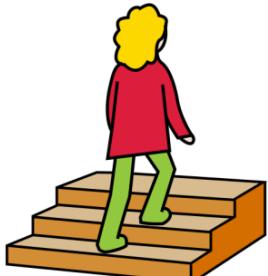
HACER EJERCICIO



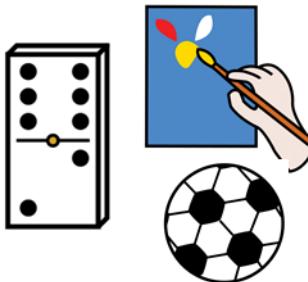
PASEAR



ESTAR CON AMIGOS



SUBIR ESCALERAS



AFICIONES



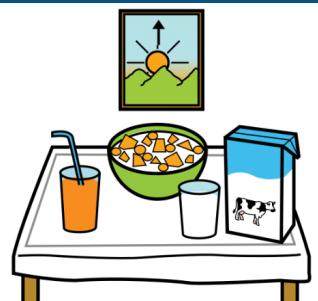
DORMIR 8 HORAS

Hábitos
saludables

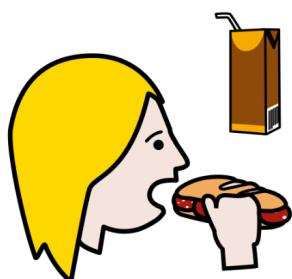
HÁBITOS SALUDABLES



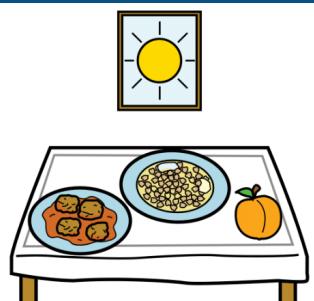
78



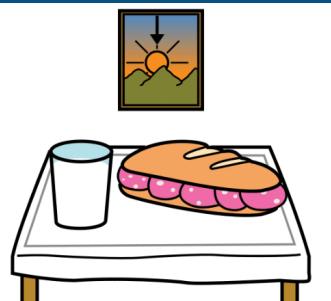
DESAYUNO



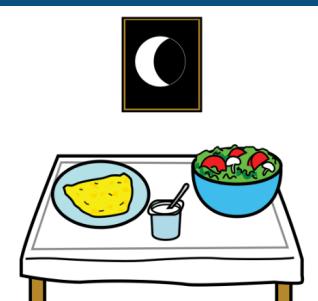
ALMUERZO



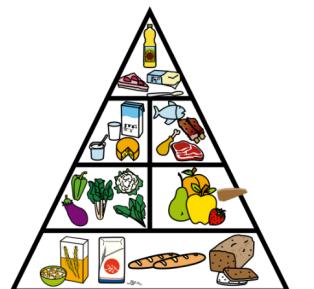
COMIDA



MERIENDA



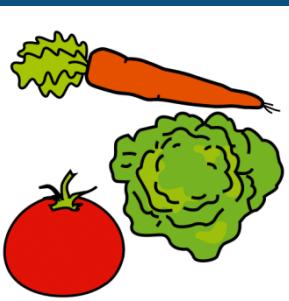
CENA



PIRÁMIDE ALIMENTICIA



COMER FRUTA



COMER VERDURAS

HÁBITOS SALUDABLES



79



NO FUMAR



NO BEBER ALCOHOL



NO BEBER REFRESCOS



NO COMER BOLLERÍA

¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

SISTEMA
AUDITIVO



80



NECESITO USAR
CASCOS



NECESITO USAR
TAPONES



ME MOLESTA
EL RUIDO



NECESITO OÍR
MÚSICA

¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

SISTEMA
VISUAL



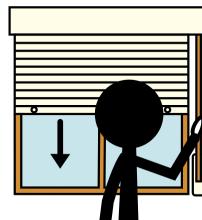
81



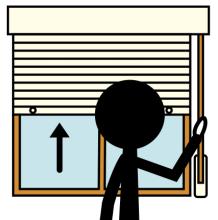
NECESITO LA LUZ
ENCENDIDA



NECESITO LA LUZ
APAGADA



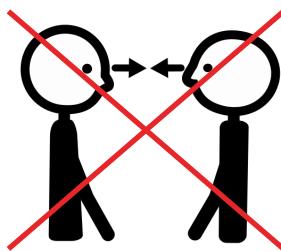
NECESITO LA
PERSIANA BAJADA



NECESITO LA
PERSIANA SUBIDA



NECESITO USAR
GAFAS DE SOL



NO PUEDO MIRARTE
A LOS OJOS

Necesidades
sensoriales

¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

SISTEMA
OLFATIVO



82



¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

GUSTO Y ALIMENTACIÓN



83



NO ME GUSTA TOMAR MEDICINAS



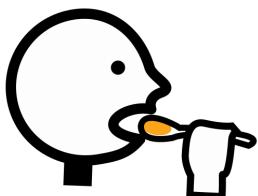
NO ME GUSTA PROBAR COSAS NUEVAS



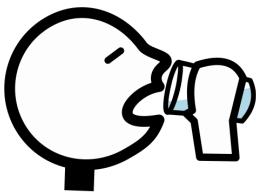
NECESITO LA COMIDA CALIENTE



NECESITO LA COMIDA FRÍA



NECESITO COMER



NECESITO BEBER



NO COMO LOS ALIMENTOS MEZCLADOS



YO COMO CON LAS MANOS

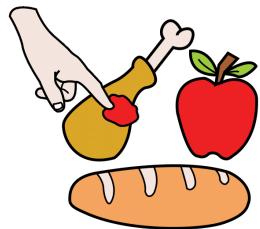
Necesidades sensoriales

¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

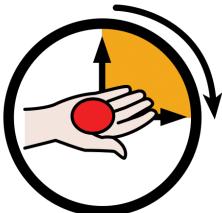
GUSTO Y ALIMENTACIÓN



84



NECESITO TOCAR LA COMIDA



NECESITO MÁS TIEMPO PARA COMER

¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

SISTEMA
TÁCTIL



85



NO ME GUSTAN LAS CARICIAS



ME GUSTAN LAS CARICIAS



NO ME GUSTA QUE ME APIRETES



ME GUSTA QUE ME APIRETES



ME GUSTAN LOS PRODUCTOS FRÍOS



NO ME GUSTAN LOS PRODUCTOS FRÍOS



ME GUSTAN LOS PRODUCTOS CALIENTES



NO ME GUSTAN LOS PRODUCTOS CALIENTES

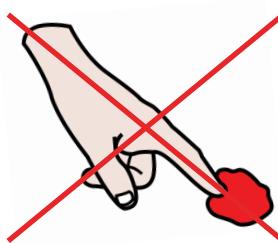
Necesidades sensoriales

¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

SISTEMA
TÁCTIL



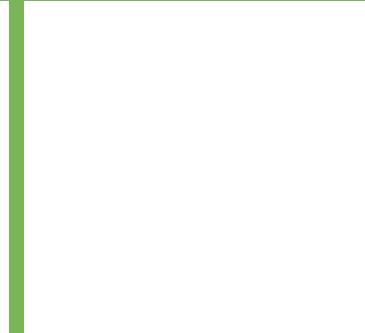
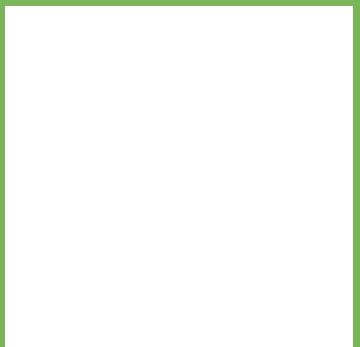
86



NO ME GUSTA
QUE ME TOQUES



NO ME GUSTA
MOJARME



¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

MIS SENSACIONES INTERNAS



87



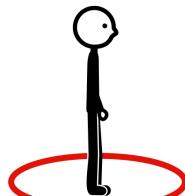
NECESITO ESTAR DESCALZO



NECESITO TENER MIS ZAPATILLAS PUESTAS



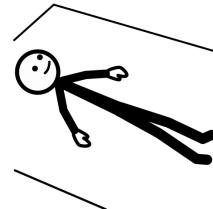
NO ME GUSTA ESTAR SIN ROPA



NECESITO ESTAR DE PIE



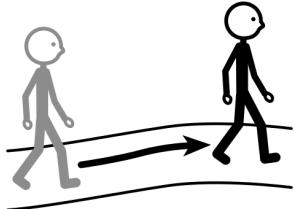
NECESITO ESTAR SENTADO



NECESITO ESTAR TUMBAZO



NECESITO SENTARME EN EL SUELO



NECESITO MOVERME

Necesidades sensoriales

¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

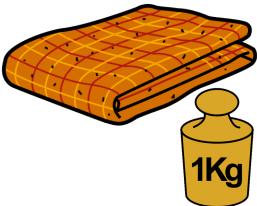
MIS SENSACIONES INTERNAS



88



NECESITO GIRAR



NECESITO TENER PESO SOBRE MÍ



NECESITO ESTAR ACOMPAÑADO/A



NECESITO QUE ME EXPLIQUES LO QUE VA A PASAR



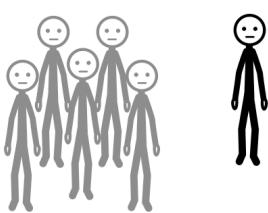
NECESITO MÁS TIEMPO



NO PUEDO ESPERAR MUCHO RATO



NECESITO SALIR FUERA



NECESITO ESTAR SOLO/A

¿QUÉ NECESITO PARA SENTIRME BIEN EN LA CONSULTA?

MIS SENSACIONES INTERNAS



89



A VECES NO SIENTO DOLOR



NECESITO MORDER



NECESITO GRITAR



NECESITO LLORAR



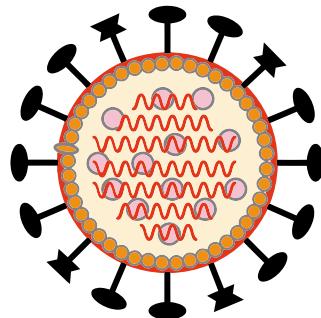
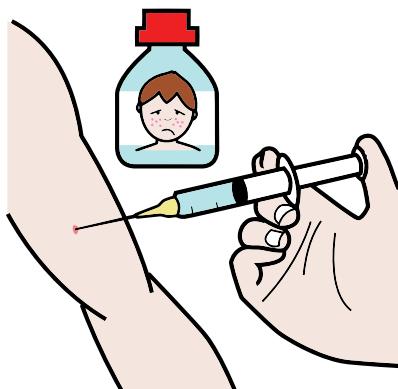
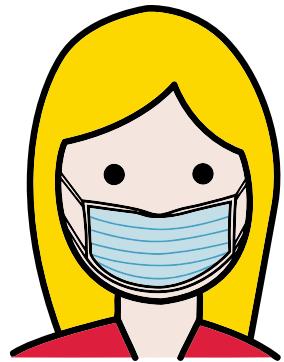
TENGO MIEDO



ESTOY NERVIOSO

Necesidades sensoriales

COVID-19



COVID-19

COVID-19



93



DESINFECTAR MANOS



LLEVAR MASCARILLA



LLEVAR PANTALLA



MASCARILLA FFP2



SECAR CON PAPEL



LAVADO DE MANOS



TERMÓMETRO LÁSER

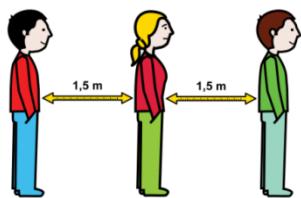


DESINFECTAR

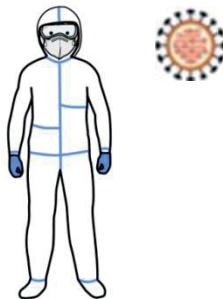
COVID-19



94



DISTANCIA SOCIAL



EPI



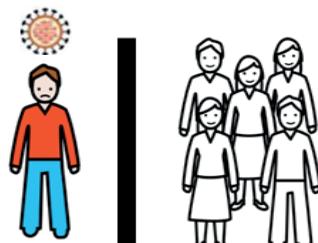
VENTILAR



SATURACIÓN DE OXÍGENO



CONFINAMIENTO



AISLAMIENTO

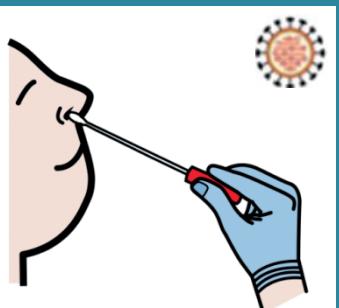


VENTILACIÓN ASISTIDA

COVID-19



95



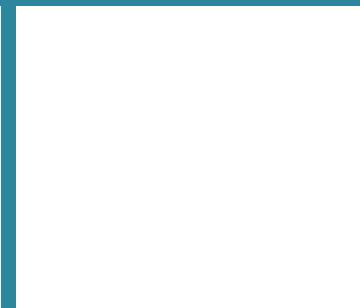
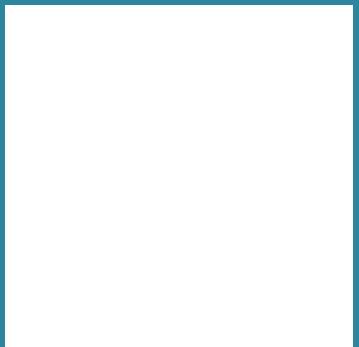
PCR



ESTOY BIEN

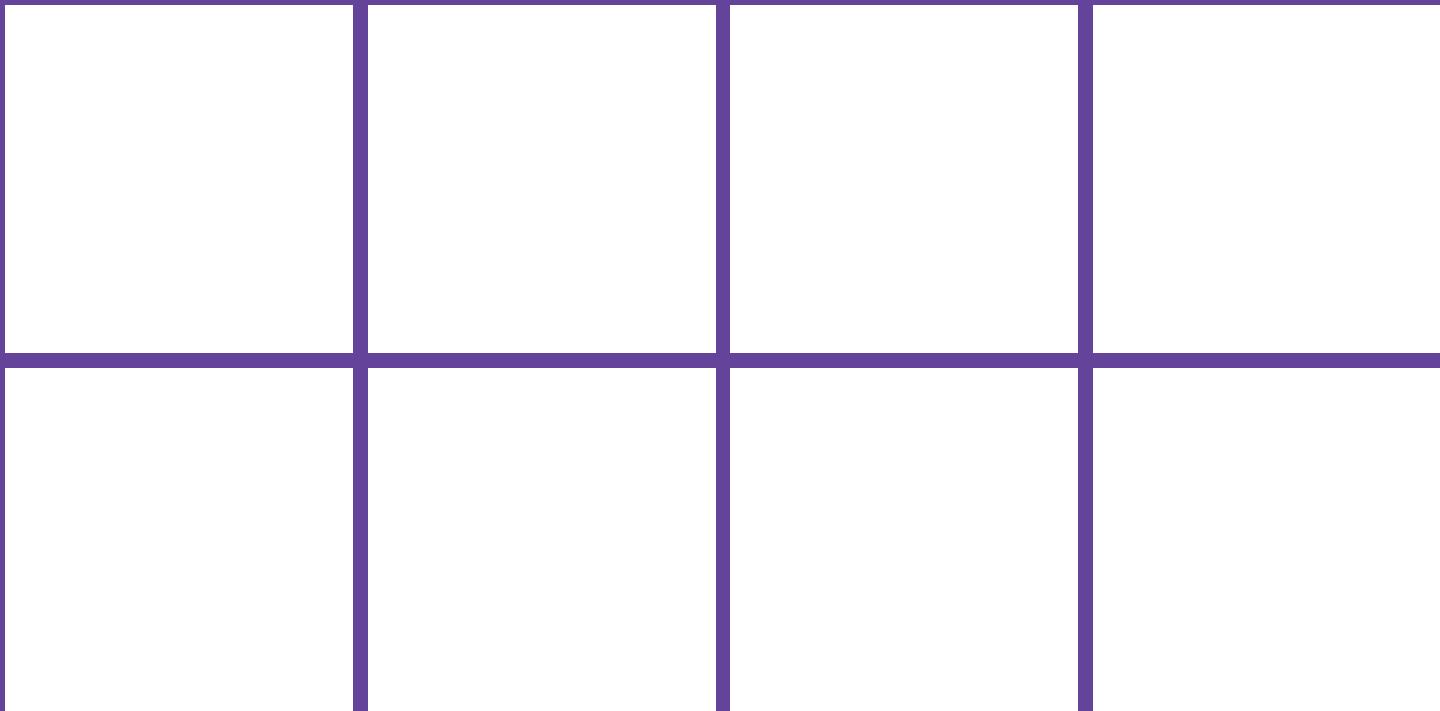


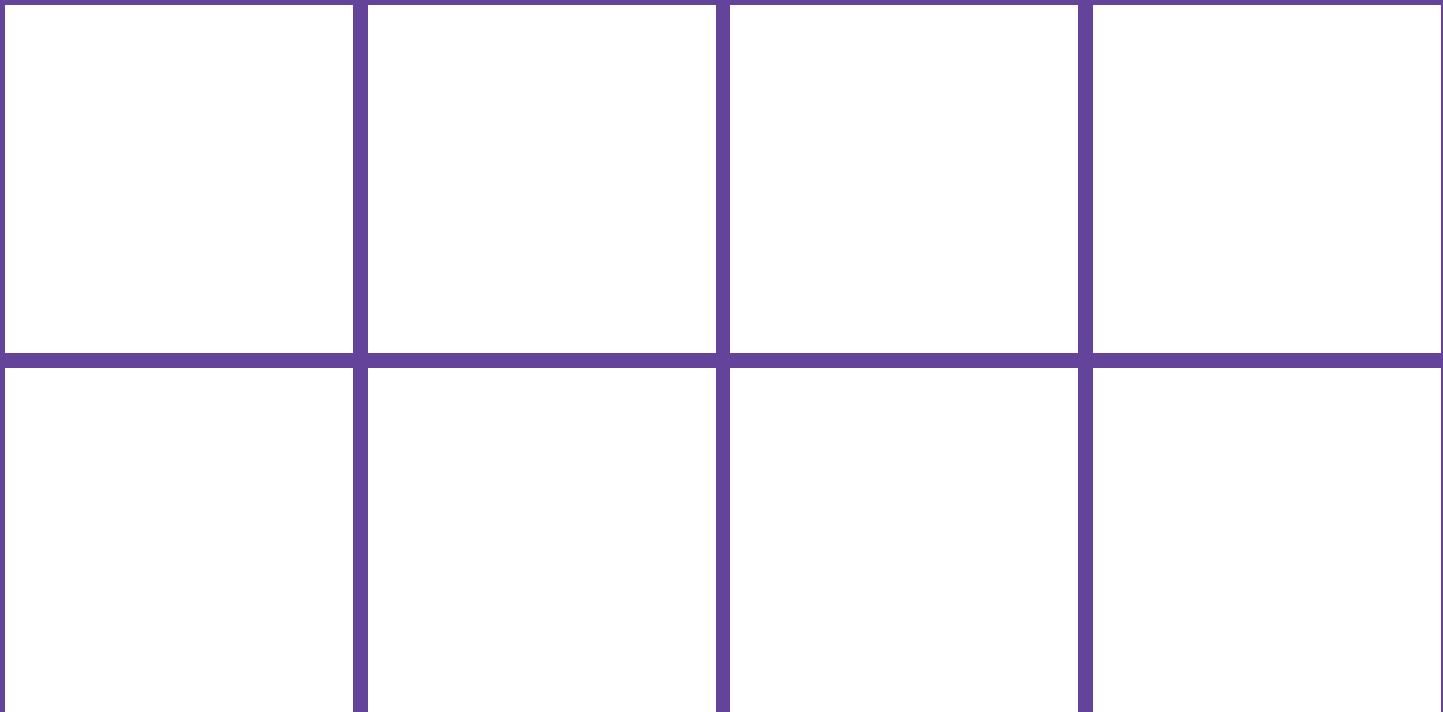
ESTOY MAL



Añade tus pictogramas

96

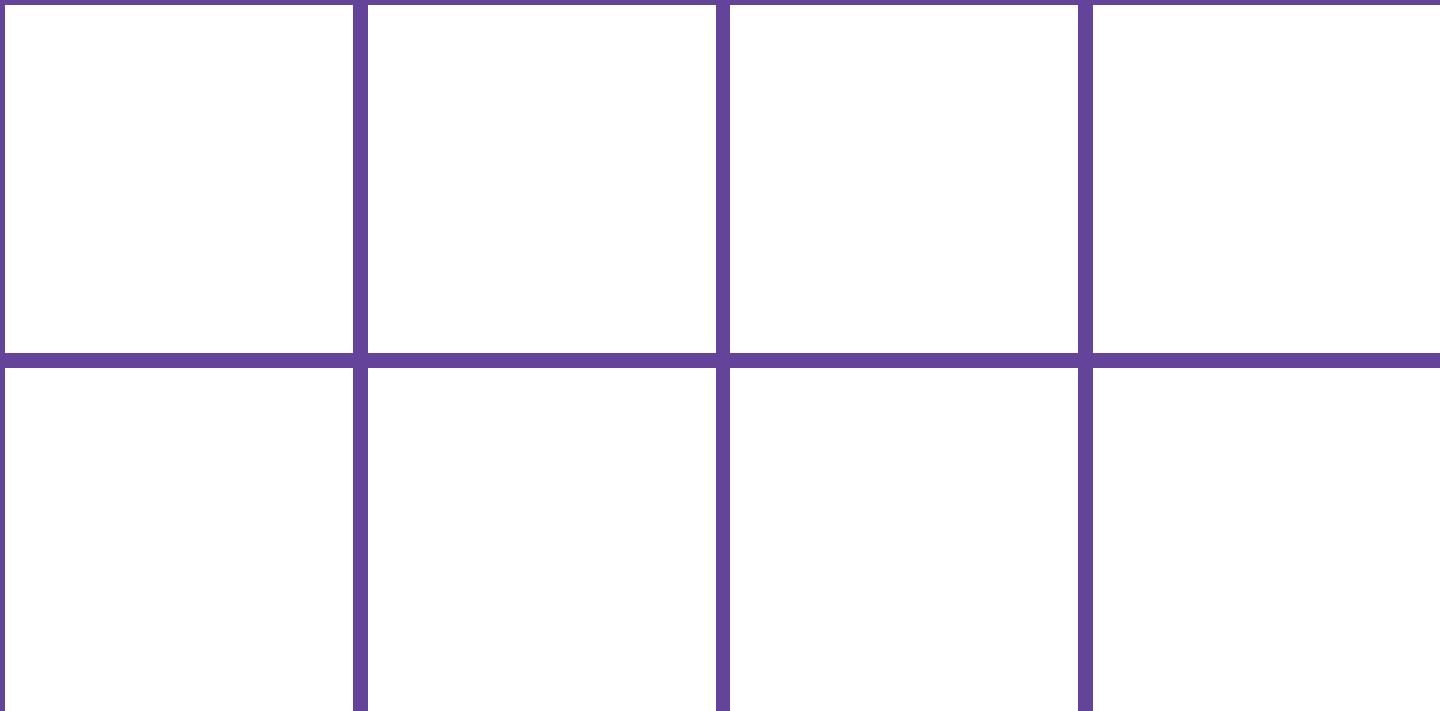




Añade tus pictogramas

Añade tus pictogramas

98



También disponible en versión digital

Escanea aquí





FACILITADOR
SANITARIO

Afanias
la familia que eliges

fuden Fundación
para el desarrollo
de la Enfermería

ARASAAC

cc creative
commons

