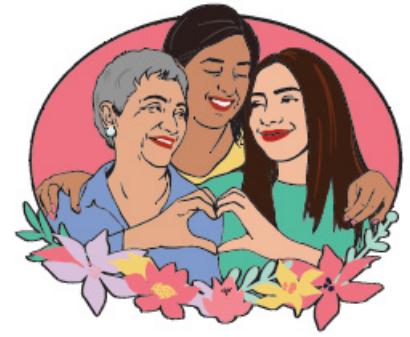


# Mi promesa



Por mí y por mi familia, es importante que me haga la prueba de detección del cáncer de cuello uterino. Yo:

- Pensaré en hacerme la prueba.
- Hablaré con mi pareja, amiga, pariente o la trabajadora comunitaria de la salud sobre hacerme la prueba.
- Usaré los recursos provistos como ayuda para hacerme la prueba.
- Pediré una cita para hacerme la prueba.
- Buscaré a alguien que cuide a mis hijos, nietos o cualquier otro familiar que yo cuide.
- Encontraré la manera de ir a mi cita médica.
- Me haré la prueba de detección de cuello uterino.
- Obtendré mis resultados y me aseguraré de entenderlos.
- Iré a una cita de seguimiento si es necesario.

Me prometo y le prometo a mi familia que daré estos pasos antes de \_\_\_\_\_ .  
fecha

Firmado por: \_\_\_\_\_  
firma

**¡Me lo prometo a mí misma y se lo prometo a mi familia!**  
**¡La prueba de detección puede ayudarme a mantenerme sana!**

**Recuerde:** Una prueba de detección no es suficiente. Hacerse pruebas de detección con regularidad puede ayudar a prevenir el cáncer de cuello uterino o encontrarlo temprano, cuando es más fácil de tratar. Hágase la prueba de Papanicoláu cada 3 años, o la prueba del VPH sola o la prueba del VPH y de Papanicoláu juntas cada 5 años.

**AMIGAS**