

# Mi Promesa

**Por mi misma, y por mi familia, es importante hacerme la prueba de Papanicoláu. Yo:**

- Pensaré en hacerme la prueba de Papanicoláu.
- Hablaré con mi pareja, amiga, pariente o la promotora acerca de hacerme la prueba de Papanicoláu.
- Usaré la *Hoja de recursos* para hacerme la prueba de Papanicoláu.
- Haré una cita para hacerme la prueba de Papanicoláu.
- Encontraré alguien quien me cuide a mis niños (nietos).
- Encontraré un modo de llegar a la cita.
- Iré a hacerme la prueba de Papanicoláu.
- \_\_\_\_\_

**Yo prometo a mí misma y a mi familia a seguir estos pasos: \_\_\_\_\_.**

fecha

**Firmado por: \_\_\_\_\_**

Firma