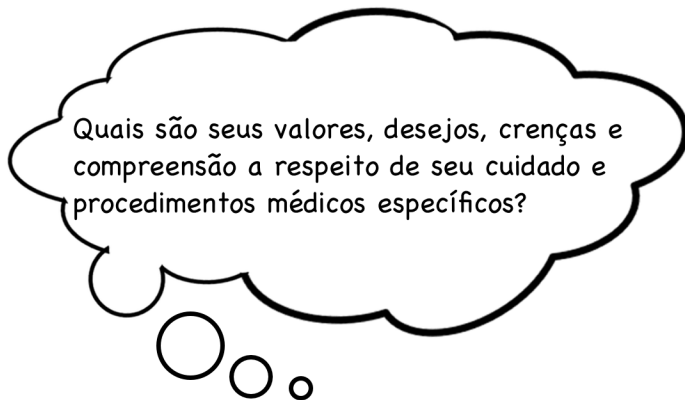


# São apenas cinco passos.

**Quem falaria por você? Se você não pudesse falar por si mesmo?**

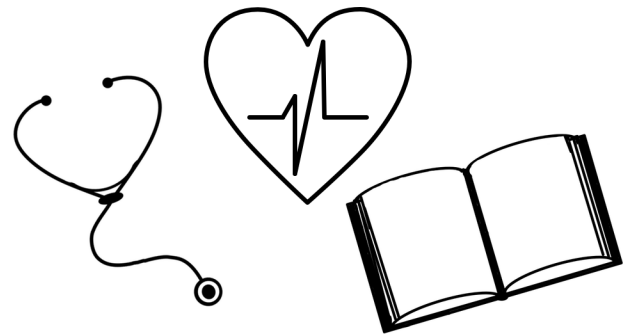
Planejamento antecipado de cuidados: Uma forma de compartilhar seus desejos para o futuro cuidado de sua saúde, E designar alguém que possa falar por você, se você não puder falar por si mesmo.

## Passo 1: Pense!



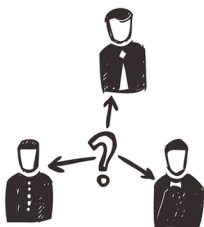
## Passo 2: Aprenda

Sobre diferentes procedimentos médicos, sobre o que podem e não podem fazer.



## Passo 3: Decida

Alguém que esteja disposto e seja capaz de falar por você, caso não possa falar por si mesmo.



## Passo 4: Fale

Obre seus desejos com seu substituto para a tomada de decisões, pessoas queridas e seu médico.



## Passo 5: Registre

Seus desejos É uma boa idéia escrever ou fazer uma gravação de seus desejos.

