



INICIATIVA HISTORIAL FAMILIAR DEL CIRUJANO GENERAL DE EE.UU.

CÓMO CREAR EL RETRATO DE SALUD DE MI FAMILIA

CONOCER EL HISTORIAL MÉDICO DE SU FAMILIA PUEDE SALVARLE LA VIDA.



¿QUÉ INFORMACIÓN NECESITO?

■ Hable directamente con sus parientes.

Explíqueles que la información de salud de ellos puede ayudar a mejorar la prevención y el chequeo de las enfermedades de **TODOS** los miembros de la familia.

■ Pregúnteles sobre cualquier enfermedad que hayan tenido.

Si puede hacerlo, consiga toda la información específica que sea posible. Pregunte sobre las enfermedades crónicas, como enfermedad cardíaca y diabetes; complicaciones en el embarazo, como aborto espontáneo; y cualquier trastorno del desarrollo.

■ Si es posible, haga una lista de los nombres formales de las enfermedades.

Puede ser útil crear una página separada con la información detallada y la descripción de cualquier enfermedad que sus parientes hayan tenido. Además, haga una lista de las medicinas que ellos tomaron.

■ Consiga ayuda para encontrar la información.

Solicite a sus parientes o a los profesionales médicos la información sobre las enfermedades que le han afectado a usted o a los miembros de su familia (vivos o fallecidos). Si es posible, obtenga copias de los archivos médicos.

■ ¿Existe cáncer o una enfermedad rara en la familia?

Si es afirmativo, es importante recopilar la información de todo miembro de la familia que sea posible. Si alguien ha fallecido, pregunte a otros parientes o verifique si los doctores conservaron esos archivos médicos.

■ ¿Está planificando tener niños?

Usted y su pareja deben crear, **CADA UNO** un retrato de salud de cada familia y mostrarlo a su médico.



HABLE CON SU FAMILIA

Los más importantes son

Padres
Hermanos y hermanas
Sus hijos

También son importantes

Abuelos
Tíos y tías
Sobrinos y sobrinas
Medios hermanos y medias hermanas

También son útiles

Primos
Tíos abuelos y tías abuelas

¿Cómo lleno el formulario?

“El Retrato de Salud de mi Familia” le ayudará a recolectar y organizar la información de su familia. Ningún formulario puede reflejar todas las versiones de las familias estadounidenses, por lo tanto usted debe usar esta tabla como punto de partida y adaptarla a sus necesidades.

1. Escriba los nombres de sus parientes en las casillas designadas. Haga un círculo para señalar si es de género masculino (M) o femenino (F).

Algunas enfermedades son más comunes en personas con un origen o ascendencia compartidos. Por tanto, si usted conoce la ascendencia de sus parientes y/o el país de donde provienen, anótelo en el formulario.

Para los gemelos, escriba “gemelo” en la primera línea. Si los gemelos son idénticos, escriba “gemelo idéntico” para los dos en la primera línea. Si su familia incluye medios hermanos o medias hermanas, escriba “medio hermano” o “media hermana” en la primera línea, y anote “mismo padre” o “misma madre” en la línea siguiente.

2. En las líneas bajo las casillas, escriba los nombres de cualquier enfermedad que hayan tenido sus parientes.

Si usted conoce la edad a la que se diagnosticó la enfermedad, anótela también. Por ejemplo: diabetes (diagnosticada a los 37 años). Si los miembros de la familia han muerto, escriba “fallecido” y la edad a la que murieron. Por ejemplo: infarto al corazón (fallecida a los 63 años).

3. Una vez que usted haya terminado este formulario, llévelo a su médico.

Su médico puede usar esta información para personalizar de mejor manera el cuidado de su salud.

4. Haga una copia de sus archivos.

Asegúrese de actualizar el formulario cuando cambien las circunstancias o cuando usted haya conocido más sobre la salud de su familia.

TAMBIÉN PUEDE LLENAR ONLINE ESTE FORMULARIO EN: <https://phgkb.cdc.gov/FHH/html/index.html>

RETRATO DE SALUD DE MI FAMILIA

TAMBIÉN PUEDE LLENAR ONLINE ESTE FORMULARIO EN: <https://phgkb.cdc.gov/FHH/html/index.html>

Nombre: _____

Fecha: _____

