



**LA INICIATIVA DE HISTORIAL FAMILIAR  
DEL CIRUJANO GENERAL**

# LA INICIATIVA DE HISTORIAL FAMILIAR DEL CIRUJANO GENERAL

## CÓMO CREAR EL RETRATO DE SALUD DE MI FAMILIA

El Cirujano General ha lanzado una iniciativa nacional para alentar a las familias estadounidenses a informarse mejor sobre los historiales de salud de sus familias.

El conocer el historial médico de su familia puede salvarle la vida.

Con una copia del historial de salud de su familia, usted y un profesional de la salud pueden individualizar su cuidado y realizar controles para detectar condiciones médicas de las que puede correr un riesgo mayor. Los eventos familiares, como las reuniones del Día de Acción de Gracias (Thanksgiving) o las reuniones de la familia, ofrecen una gran oportunidad de recoger la información para el "Retrato de Salud de mi Familia".

### ¿Con quién debo hablar?

Para obtener la información más exacta sobre el historial de salud, es importante que hable directamente con sus familiares. Explíqueles que su información de salud puede contribuir a mejorar la prevención y los controles de detección de enfermedades para todos los miembros de la familia.

En primer lugar, pregunte a sus parientes acerca de cualquier condición de salud que hayan tenido, incluido el historial de enfermedades crónicas, como las enfermedades cardíacas, complicaciones del parto, por ejemplo, aborto espontáneo, y cualquier discapacidad relacionada con el desarrollo. Obtenga tanta información específica como le sea posible.

Sería muy útil si usted pudiese indicar el nombre formal de cualquier condición médica que le haya afectado a usted o a sus parientes.

Puede obtener ayuda para obtener información sobre condiciones de salud que le hayan afectado a usted o a sus parientes (vivos o fallecidos) solicitando información a los parientes o a los profesionales de la salud, o consiguiendo copias de los expedientes médicos.

Si está planeando tener hijos, usted y su compañero o compañera deberán crear, cada uno, un retrato de salud familiar y mostrárselo a su profesional de la salud.

El conocer su historial de salud familiar es un arma poderosa para entender los riesgos de enfermedades. Sin embargo, tenga en cuenta que el historial familiar de una enfermedad determinada puede aumentar el riesgo pero casi nunca garantiza que otros miembros de la familia van a contraer la enfermedad.

#### Los más importantes

Padres  
Hermanos y hermanas  
Sus hijos

#### También importantes

Abuelos  
Tíos y tías  
Sobrinos y sobrinas  
Medios hermanos y hermanas

#### Obtenga información, si es posible

Primos  
Tíos y tías abuelas

### ¿CÓMO RELLENO EL FORMULARIO?

El "Retrato de Salud de mi Familia" le será útil para recoger y organizar la información de salud referente a su familia. Ningún formulario puede reflejar todas las versiones de la familia estadounidense, por lo cual le recomendamos utilizar este esquema como punto de partida y adaptarlo a las necesidades de su familia.

En primer lugar, escriba los nombres de cada uno de sus parientes en las casillas indicadas, y marque con un círculo si la persona es de sexo masculino (M) o femenino (F). En la línea siguiente, escriba el nombre de las condiciones médicas que han tenido. Si sabe la edad a la que se les diagnosticó determinada condición médica, escriba esa información entre paréntesis después de la condición. Por ejemplo, "diabetes (diagnosticada a los 37 años)".

Si determinado miembro de la familia ha fallecido, ponga "fallecido" y la edad a la que la persona murió. Por ejemplo: "ataque cardíaco (fallecido a los 63 años)".

Si se trata de mellizos, escriba "mellizo" en la primera línea para ambas personas. Si los mellizos son gemelos, escriba "mellizo gemelo" en la primera línea para ambas personas.

Si su familia incluye medios hermanos o hermanas, escriba "medio hermano" o "media hermana" en la primera línea y ponga "diferente padre" o "diferente madre" en la línea siguiente.

Algunas condiciones médicas son más comunes entre las personas que comparten un origen o ascendencia. Es importante registrar la ascendencia de sus parientes, y hacerlo de la manera más específica posible. Por ejemplo, si sabe que su abuela es hispana y que su familia proviene de México, escriba "Mexicana" debajo de su nombre. De la misma forma, si su familia es de África, Asia, Europa o América del Sur, escriba el país del que provienen, si es posible.

Una vez que haya completado el "Retrato de Salud de mi Familia", lléveselo a su profesional de la salud para que pueda individualizar mejor su cuidado médico. Haga una copia para guardar en sus registros y actualizarla si cambian las circunstancias o si obtiene más información sobre el historial de salud de su familia.

¡Felicitaciones por dar este paso hacia una vida más larga y más sana! El "Retrato de Salud de mi Familia" puede ser un elemento eficaz para mejorar su salud, ahora y en el futuro.

### RECORTAR Y AGREGAR A LA TABLA SEGÚN LAS NECESIDADES

M	F	M	F	M	F

# RETRATO DE SALUD DE MI FAMILIA

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

