MP-006 · v1.0 · 09/09/2026

Preparar mi consulta

Escribe solo lo que recuerdes y quieras comentar. Usa palabras propias; si una fecha es aproximada, indícalo. Esta es una hoja en blanco, no un formulario para enviar por internet.

Copia las hojas de registro para nuevos episodios

Lo que quiero conversar

Mi motivo principal

Desde cuándo lo noto

Lo que más me preocupa

Lo que quiero lograr en esta consulta

Mi cronología breve

Fecha aproximada

Qué ocurrió o cambió

Documento relacionado, si lo tengo

Lo que tengo y lo que me falta reunir

Reportes completos e imágenes disponibles

Medicamentos y suplementos que utilizo

Alergias o reacciones previas que quiero comentar

Antecedentes, cirugías o tratamientos que quiero comentar

Mis tres preguntas

1.

2.

3.

Para completar con lo conversado

Qué entendí y qué falta aclarar

Siguiente paso acordado

Quién explicará resultados y cómo

Revisión o contacto acordado

Hoja de organización personal. No diagnostica ni indica tratamiento y no sirve para decidir si puedes esperar. Puedes dejar espacios en blanco; completarla no es requisito para solicitar atención. Conserva tu hoja y compártela solo con el equipo que te atiende.

Referencia de contexto: National Institute on Aging

MP-001 · v1.0 · 09/09/2026

Mi registro de sangrado

Escribe solo lo que recuerdes y quieras comentar. Usa palabras propias; si una fecha es aproximada, indícalo. Esta es una hoja en blanco, no un formulario para enviar por internet.

Copia las hojas de registro para nuevos episodios

Contexto que quiero comentar

Fecha aproximada de mi última menstruación

Método anticonceptivo que utilizo, si corresponde

Medicamentos y suplementos que utilizo

Cambios recientes que quiero mencionar

Registro - repetir según lo necesites

Fecha y momento del día

Cómo describo el sangrado con mis palabras

Producto utilizado y cambios que recuerdo, si corresponde

Otras observaciones o molestias

Cómo afectó mis actividades

Lo que quiero mostrar en consulta

Cambios que he notado en mis registros

Mi pregunta principal

Hoja de organización personal. No diagnostica ni indica tratamiento y no sirve para decidir si puedes esperar. Puedes dejar espacios en blanco; completarla no es requisito para solicitar atención. Conserva tu hoja y compártela solo con el equipo que te atiende.

Referencia de contexto: National Health Service

MP-002 · v1.0 · 09/09/2026

Mi diario de dolor pélvico y menstrual

Escribe solo lo que recuerdes y quieras comentar. Usa palabras propias; si una fecha es aproximada, indícalo. Esta es una hoja en blanco, no un formulario para enviar por internet.

Copia las hojas de registro para nuevos episodios

Lo que me gustaría explicar

Mi principal preocupación

Lo que me gustaría recuperar o mejorar

Un episodio - repetir según lo necesites

Fecha y hora aproximadas

Dónde lo sentí

Cómo se sintió y qué tan intenso fue, con mis palabras

Cuánto duró, si lo recuerdo

Qué estaba ocurriendo cuando apareció

Qué coincidió con que mejorara o empeorara

Otras molestias que noté

Actividad, descanso o relación que se vio afectada

Para la conversación

Qué me llamó la atención al releerlo

Lo que quiero preguntar

Hoja de organización personal. No diagnostica ni indica tratamiento y no sirve para decidir si puedes esperar. Puedes dejar espacios en blanco; completarla no es requisito para solicitar atención. Conserva tu hoja y compártela solo con el equipo que te atiende.

Referencia de contexto: National Health Service

MP-005 · v1.0 · 09/09/2026

Mi cronología de resultados cervicales

Usa una ficha por estudio, en orden de fecha. Copia el resultado tal como aparece en el informe completo. Si falta un reporte, márcalo como pendiente; no lo reconstruyas de memoria. Esta hoja no se envía por internet.

Copia las hojas de registro para nuevos episodios

Un estudio o procedimiento

Fecha del estudio o procedimiento.

Tipo de prueba: VPH, citología, colposcopia, biopsia u otra.

Resultado tal como aparece en el informe.

Tipo viral, si el informe lo especifica.

Procedimiento o tratamiento posterior, si lo hubo.

Próximo paso explicado por el médico y fecha acordada.

Informe completo disponible: sí / pendiente de conseguir.

Mi pregunta pendiente.

Hoja de organización personal. No diagnostica ni indica tratamiento y no sirve para decidir si puedes esperar. Puedes dejar espacios en blanco; completarla no es requisito para solicitar atención. Conserva tu hoja y compártela solo con el equipo que te atiende.

Referencia de contexto: National Cancer Institute