



# Tu Diario de Síntomas

## Cómo utilizar este diario

Este diario es para llevar un registro de los síntomas que puedas estar experimentando y poder fácilmente comunicárselos a tu médico. Si notas cualquiera de estos síntomas; señala los días que tuviste el (los) síntoma(s) durante esa semana. Cada día puedes calificar la gravedad de tu síntoma usando una escala de 1 al 10, 1 siendo lo más leve y 10 lo más grave. Nota: Si los síntomas son graves o persistentes, no esperes cuatro semanas para llamar a tu médico, llama inmediatamente.

| Fechas:   | 1ª Semana | 2ª Semana | 3ª Semana | 4ª Semana | Gravedad de Síntomas   |
|---|-----------|-----------|-----------|-----------|--|
| <b>Sangrado Rectal / Heces con Sangre</b>   | Lunes     | Lunes     | Lunes     | Lunes     | <b>¿En general cómo calificas la gravedad de este síntoma?</b><br>Anota la gravedad (del 1 al 10):<br><input type="text"/> |
|   | Martes    | Martes    | Martes    | Martes    |  |
|   | Miércoles | Miércoles | Miércoles | Miércoles |  |
|   | Jueves    | Jueves    | Jueves    | Jueves    |  |
|   | Viernes   | Viernes   | Viernes   | Viernes   |  |
|   | Sábado    | Sábado    | Sábado    | Sábado    |  |
|   | Domingo   | Domingo   | Domingo   | Domingo   |  |
|   |           |           |           |           |  |
| <b>Diarrea/ Estreñimiento</b><br><small>(indica con la letra D o E)</small>   | Lunes     | Lunes     | Lunes     | Lunes     | <b>¿En general cómo calificas la gravedad de este síntoma?</b><br>Anota la gravedad (del 1 al 10):<br><input type="text"/> |
|   | Martes    | Martes    | Martes    | Martes    |  |
|   | Miércoles | Miércoles | Miércoles | Miércoles |  |
|   | Jueves    | Jueves    | Jueves    | Jueves    |  |
|   | Viernes   | Viernes   | Viernes   | Viernes   |  |
|   | Sábado    | Sábado    | Sábado    | Sábado    |  |
|   | Domingo   | Domingo   | Domingo   | Domingo   |  |
|   |           |           |           |           |  |
| <b>Cambio en la característica de las heces</b><br><small>(diarrea y/o materia fecal delgada como un lápiz)</small> | Lunes     | Lunes     | Lunes     | Lunes     | <b>¿En general cómo calificas la gravedad de este síntoma?</b><br>Anota la gravedad (del 1 al 10):<br><input type="text"/> |
|   | Martes    | Martes    | Martes    | Martes    |  |
|   | Miércoles | Miércoles | Miércoles | Miércoles |  |
|   | Jueves    | Jueves    | Jueves    | Jueves    |  |
|   | Viernes   | Viernes   | Viernes   | Viernes   |  |
|   | Sábado    | Sábado    | Sábado    | Sábado    |  |
|   | Domingo   | Domingo   | Domingo   | Domingo   |  |
|   |           |           |           |           |  |
| <b>Malestar Abdominal</b>   | Lunes     | Lunes     | Lunes     | Lunes     | <b>¿En general cómo calificas la gravedad de este síntoma?</b><br>Anota la gravedad (del 1 al 10):<br><input type="text"/> |
|   | Martes    | Martes    | Martes    | Martes    |  |
|   | Miércoles | Miércoles | Miércoles | Miércoles |  |
|   | Jueves    | Jueves    | Jueves    | Jueves    |  |
|   | Viernes   | Viernes   | Viernes   | Viernes   |  |
|   | Sábado    | Sábado    | Sábado    | Sábado    |  |
|   | Domingo   | Domingo   | Domingo   | Domingo   |  |
|   |           |           |           |           |  |
| <b>Debilidad/ Fatiga Constante</b>  | Lunes     | Lunes     | Lunes     | Lunes     | <b>¿En general cómo calificas la gravedad de este síntoma?</b><br>Anota la gravedad (del 1 al 10):<br><input type="text"/> |
|   | Martes    | Martes    | Martes    | Martes    |  |
|   | Miércoles | Miércoles | Miércoles | Miércoles |  |
|   | Jueves    | Jueves    | Jueves    | Jueves    |  |
|   | Viernes   | Viernes   | Viernes   | Viernes   |  |
|   | Sábado    | Sábado    | Sábado    | Sábado    |  |
|   | Domingo   | Domingo   | Domingo   | Domingo   |  |
|   |           |           |           |           |  |

**¿Has notado otros síntomas, como la anemia, pérdida de peso o vómito?**

Toma nota de cómo estos síntomas están afectando tu vida diaria y escribe lo que quieras darle saber a tu médico.

Estos síntomas pueden requerir una endoscopia para el diagnóstico. Solicita una endoscopia, una referencia a un gastroenterólogo o una segunda opinión. Si eres de alto riesgo o tienes 50 años de edad o más y no has sido evaluado, llama a tu médico para una evaluación sin importar los resultados de este diario.

