

# Formulario de la encuesta de sistemas

Restringido a uso profesional



Nombre:

Edad:

Profesional de la salud:

Fecha:

**INSTRUCCIONES:** Marca con un círculo el número que te corresponde. Si un síntoma no corresponde, no marques nada para ese síntoma.

Marque con un círculo el número correspondiente.	
<b>1</b>	Síntoma LEVE (ocurre raras veces)
<b>2</b>	Síntoma MODERADO (ocurre varias veces al mes)
<b>3</b>	Síntoma GRAVE (ocurre casi todo el tiempo)

## GRUPO 1

1.	1 2 3	Malestar por alimentos ácidos
2.	1 2 3	Sentir frío con frecuencia
3.	1 2 3	"Nudo" en la garganta
4.	1 2 3	Nariz, ojos y boca seca
5.	1 2 3	Pulsación acelerada después de las comidas
6.	1 2 3	Nerviosismo, sin poder tranquilizarse
7.	1 2 3	Atragantarse ocasionalmente
8.	1 2 3	No poder relajarse, sobresaltarse fácilmente
9.	1 2 3	Extremidades frías, húmedas
10.	1 2 3	Irritación por luz fuerte
11.	1 2 3	En ocasiones, flujo débil de la orina
12.	1 2 3	Aceleración del corazón después de acostarse
13.	1 2 3	Estómago "nervioso"
14.	1 2 3	Apetito reducido ocasionalmente
15.	1 2 3	Sudor frío habitual
16.	1 2 3	Calentarse fácilmente
17.	1 2 3	Molestia en el sistema nervioso
18.	1 2 3	Mirada perdida, poco parpadeo
19.	1 2 3	Ardor de estómago frecuente
		<b>TOTAL</b>
1	2	3

## GRUPO 2

20.	1 2 3	Rigidez articular después de levantarse
21.	1 2 3	Calambres en dedos del pie, piernas y músculos a la noche
22.	1 2 3	Sentimiento de "mariposas" en el estómago, calambres
23.	1 2 3	Nariz u ojos acuosos
24.	1 2 3	Parpadeo de ojos habituales
25.	1 2 3	Párpados inflamados, hinchados
26.	1 2 3	Pronta indigestión después de las comidas
27.	1 2 3	Sensación continua de hambre, a veces sentimiento de "aturdimiento"
28.	1 2 3	Digestión rápida
29.	1 2 3	Vómitos ocasionales
30.	1 2 3	Ronquera frecuente
31.	1 2 3	Respiración desapareja
32.	1 2 3	Pulso lento
33.	1 2 3	Reflejo nauseoso lento
34.	1 2 3	Dificultad para tragar
35.	1 2 3	Diarrea o constipación temporal
36.	1 2 3	"Iniciador lento"
37.	1 2 3	Sentir "frío"
38.	1 2 3	Transpiración fácil
39.	1 2 3	Sensibilidad al frío
40.	1 2 3	Problemas en las vías respiratorias superiores
		<b>TOTAL</b>
1	2	3

## GRUPO 3

41.	1 2 3	Comer cuando está nervioso
42.	1 2 3	Exceso de apetito
43.	1 2 3	Hambre entre comidas
44.	1 2 3	Irritable antes de las comidas
45.	1 2 3	Ponerse "temblosos" si tiene hambre
46.	1 2 3	Fatiga, alivio al comer

47.	1 2 3	"Aturdido" si la comida se demora
48.	1 2 3	Palpitaciones si se pierde o demora la comida
49.	1 2 3	Fatiga a la tarde
50.	1 2 3	Malestar al comer exceso de dulces
51.	1 2 3	Despertarse después de pocas horas de sueño, dificultad para volver a dormirse
52.	1 2 3	Ansias de dulces o café a la tarde
53.	1 2 3	Estado de ánimo de "tristeza" o melancolía
54.	1 2 3	Ansias de dulces o refrigerios
		<b>TOTAL</b>
1	2	3

## GRUPO 4

55.	1 2 3	Adormecimiento fácil de manos y pies, entumecimiento
56.	1 2 3	Suspiros frecuentes, "falta de aire"
57.	1 2 3	Conciencia de "respiración con dificultad"
58.	1 2 3	Malestar por altitud elevada
59.	1 2 3	Abrir ventanas en lugares cerrados
60.	1 2 3	Problemas en el sistema inmunológico
61.	1 2 3	"Bostezador" vespertino
62.	1 2 3	Sentimiento de "somnia" a menudo
63.	1 2 3	Tobillos hinchados, que empeoran a la noche
64.	1 2 3	Espasmos musculares, que empeoran durante el ejercicio; calambres
65.	1 2 3	Dificultad para recobrar el aliento, especialmente durante el ejercicio
66.	1 2 3	Opresión o presión en el pecho, que empeora al hacer esfuerzos
67.	1 2 3	Decoloramiento fácil de la piel después de un impacto
68.	1 2 3	Tendencia a la anemia
69.	1 2 3	Ruidos en la cabeza o "zumbido en los oídos"
70.	1 2 3	Fatiga ante un esfuerzo
		<b>TOTAL</b>
1	2	3

## GRUPO 5

71.	1 2 3	Mareo
72.	1 2 3	Piel seca
73.	1 2 3	Ardor en los pies
74.	1 2 3	Visión borrosa
75.	1 2 3	Comezón en la piel y los pies
76.	1 2 3	Caída del cabello
77.	1 2 3	Sarpullidos cutáneos ocasionales
78.	1 2 3	Sabor amargo, metálico en la boca en la mañana
79.	1 2 3	Constipación ocasional
80.	1 2 3	Preocupaciones exageradas, sentimiento de inseguridad
81.	1 2 3	Náuseas ocasionales después de comer
82.	1 2 3	Malestar por alimentos grasos
83.	1 2 3	Heces de color claro
84.	1 2 3	Descamación de la piel en la planta de los pies

85.	1 2 3	Malestar entre los omóplatos
86.	1 2 3	Uso ocasional de laxantes
87.	1 2 3	Heces blandas y aguadas, alternadas
88.	1 2 3	Ataques de estornudos
89.	1 2 3	Sueños, sueños malos tipo pesadillas
90.	1 2 3	Mal aliento (halitosis)
91.	1 2 3	Malestar causado por productos lácteos
92.	1 2 3	Sensibilidad al clima caluroso
93.	1 2 3	Picazón o comezón en el ano
94.	1 2 3	Antojo de dulces
		<b>TOTAL</b>
1	2	3

## GRUPO 6

95.	1 2 3	Pérdida del gusto por la carne
96.	1 2 3	Gases de la parte inferior del intestino varias horas después de haber comido
97.	1 2 3	Sensación de quemazón en el estómago, alivio al comer
98.	1 2 3	Lengua saburral
99.	1 2 3	Muchas flatulencias malolientes
100.	1 2 3	Indigestión 1/2-1 hora después de comer; puede ser hasta 3-4 horas después
101.	1 2 3	Heces blandas o acuosas
102.	1 2 3	Gases, poco después de comer
103.	1 2 3	"Inflamación" estomacal
		<b>TOTAL</b>
1	2	3

## GRUPO 7A

104.	1 2 3	Dificultad para dormir
105.	1 2 3	Nervios
106.	1 2 3	Imposibilidad para aumentar de peso
107.	1 2 3	Intolerancia al calor
108.	1 2 3	Muy emocional
109.	1 2 3	Sonrojarse fácilmente
110.	1 2 3	Sudores nocturnos
111.	1 2 3	Piel fina, húmeda
112.	1 2 3	Temblores internos
113.	1 2 3	Corazón acelerado
114.	1 2 3	Aumento del apetito sin subir de peso
115.	1 2 3	Pulso rápido en reposo
116.	1 2 3	Contracción de párpados y cara
117.	1 2 3	Irritabilidad e inquietud
118.	1 2 3	Imposibilidad para trabajar bajo presión
		<b>TOTAL</b>
1	2	3

**GRUPO 7B**

119.	1	2	3	Aumento de peso
120.	1	2	3	Disminución del apetito
121.	1	2	3	Cansancio fácil
122.	1	2	3	Zumbido en los oídos
123.	1	2	3	Somnolencia durante el día
124.	1	2	3	Sensibilidad al frío
125.	1	2	3	Piel seca o escamosa
126.	1	2	3	Constipación temporal
127.	1	2	3	Lentitud mental
128.	1	2	3	Cabello grueso, caída
129.	1	2	3	Tensión en la cabeza al levantarse, disminuyendo durante el día
130.	1	2	3	Pulso lento, debajo de 65
131.	1	2	3	Función urinaria cambiante
132.	1	2	3	Sonidos que parecen disminuidos
133.	1	2	3	Iniciativa reducida
_____ TOTAL				
1	2	3		

**GRUPO 7C**

134.	1	2	3	Mala memoria con la edad
135.	1	2	3	Mayor deseo sexual
136.	1	2	3	Episodios de tensión en la cabeza
137.	1	2	3	Disminución en la tolerancia al azúcar
_____ TOTAL				
1	2	3		

**GRUPO 7D**

138.	1	2	3	Sed anormal
139.	1	2	3	Distensión del abdomen
140.	1	2	3	Aumento de peso alrededor de las caderas o cintura
141.	1	2	3	Falta o disminución del deseo sexual
142.	1	2	3	Tendencia a problemas estomacales
143.	1	2	3	Problemas en el sistema inmunológico
144.	1	2	3	Trastornos menstruales
_____ TOTAL				
1	2	3		

**GRUPO 7E**

145.	1	2	3	Mareo
146.	1	2	3	Cefaleas
147.	1	2	3	Sofocos
148.	1	2	3	Crecimiento de vello en la cara o cuerpo (mujeres)
149.	1	2	3	Azúcar en la orina (no diabetes)
150.	1	2	3	Tendencias masculinas (mujeres)
_____ TOTAL				
1	2	3		

**GRUPO 7F**

151.	1	2	3	Debilidad, mareo
152.	1	2	3	Cansancio durante todo el día
153.	1	2	3	Uñas débiles, estriadas
154.	1	2	3	Piel sensible
155.	1	2	3	Articulaciones rígidas
156.	1	2	3	Aumento en la transpiración
157.	1	2	3	Molestias intestinales
158.	1	2	3	Mala circulación
159.	1	2	3	Tobillos hinchados
160.	1	2	3	Antojo de sal
161.	1	2	3	Áreas de oscurecimiento en la piel
162.	1	2	3	Sensibilidad en las vías respiratorias superiores
163.	1	2	3	Cansancio
164.	1	2	3	Problemas respiratorios
_____ TOTAL				
1	2	3		

**GRUPO 8**

165.	1	2	3	Debilidad muscular
166.	1	2	3	Falta de fuerza
167.	1	2	3	Somnolencia después de comer
168.	1	2	3	Dolor muscular
169.	1	2	3	Corazón acelerado
170.	1	2	3	Hiperirritabilidad
171.	1	2	3	Sentimiento de una banda alrededor de la cabeza
172.	1	2	3	Melancolía (sentimiento de tristeza)
173.	1	2	3	Hinchazón de los tobillos
174.	1	2	3	Cambio en la función urinaria
175.	1	2	3	Tendencia a consumir dulces/ carbohidratos
176.	1	2	3	Espasmos musculares
177.	1	2	3	Visión borrosa
178.	1	2	3	Acción muscular involuntaria
179.	1	2	3	Entumecimiento
180.	1	2	3	Sudores nocturnos
181.	1	2	3	Digestión rápida
182.	1	2	3	Sensibilidad al ruido
183.	1	2	3	Enrojecimiento de palmas de las manos y planta de los pies
184.	1	2	3	Venas visibles en el pecho y el abdomen
185.	1	2	3	Hemorroides
186.	1	2	3	Aprensión (sentimiento de que algo malo va a suceder)
187.	1	2	3	Nerviosismo que causa pérdida de apetito
188.	1	2	3	Nerviosismo con la indigestión
189.	1	2	3	Gastritis
190.	1	2	3	Olvido
191.	1	2	3	Cabello debilitado
_____ TOTAL				
1	2	3		

**SOLAMENTE MUJERES**

192.	1	2	3	Cansarse con mucha facilidad
193.	1	2	3	Tensión premenstrual
194.	1	2	3	Menstruaciones más dolorosas que las habituales
195.	1	2	3	Sentimientos de depresión antes de la menstruación
196.	1	2	3	Senos dolorosos durante las menstruaciones
197.	1	2	3	Menstruaciones muy frecuentes
198.	1	2	3	Histerectomía/extracción de ovarios
199.	1	2	3	Sofocos menopáusicos
200.	1	2	3	Ausencias de menstruaciones o menstruaciones escasas
201.	1	2	3	Acné, empeora durante las menstruaciones
_____ TOTAL				
1	2	3		

**SOLAMENTE HOMBRES**

202.	1	2	3	Menos compromiso con el ejercicio/las actividades sociales
203.	1	2	3	Dificultad para aguantar las ganas de orinar
204.	1	2	3	Chorro urinario débil
205.	1	2	3	Sentimiento de "tristeza" o melancolía
206.	1	2	3	Sentimiento de evacuación incompleta de los intestinos
207.	1	2	3	Falta de energía
208.	1	2	3	Músculos en brazos y piernas parecen más blandos/ más pequeños
209.	1	2	3	Cansarse muy fácilmente
210.	1	2	3	Evasión de actividades
211.	1	2	3	Nerviosismo en las piernas a la noche
212.	1	2	3	Deseo sexual disminuido
_____ TOTAL				
1	2	3		

**IMPORTANTE** | Indica más abajo las cinco molestias físicas principales que tienes en orden de importancia.

- |          |          |
|----------|----------|
| 1. _____ | 4. _____ |
| 2. _____ | 5. _____ |
| 3. _____ |          |

**PARA QUE COMPLETE EL PROFESIONAL DE LA SALUD**

Digestión	Intestino grueso (palpar)	Adrenales	<u>Supera/Falla</u> Prueba de sabor de zinc
_____ Punto del ácido clorhídrico	_____ Ascendente	<u>Supera/Falla</u> Examen con dilatación de pupila	<u>Supera/Falla</u> Prueba del manguito
_____ Punto de la enzima	_____ Transverso	Hipotensión postural	_____ Manguito de presión
_____ Signo de Murphy	_____ Descendente	_____ En posición supina	_____ pH de la saliva
		_____ De pie	_____ Pulsaciones

**PRUEBA DE TIROIDES DE BARNES**

La prueba es realizada por el paciente a la mañana antes de levantarse de la cama, habiéndose tomado durante 10 minutos la temperatura. La prueba se invalida si el paciente quema energías antes de realizar la prueba, tal como levantarse por cualquier motivo, agitar el termómetro, etc. Es importante que la prueba se realice durante 10 minutos exactos, dándole importancia a la colocación previa del termómetro y reloj.

MUJERES PREMENSTRUALES Y MUJERES MENOPÁUSICAS (dos días cualquiera del mes)  
 MUJERES QUE TIENEN CICLOS MENSTRUALES (el segundo y tercer día del flujo menstrual o cinco días cualquiera consecutivos)  
 HOMBRES (dos días cualquiera del mes)

Día 1 \_\_\_\_\_ Día 2 \_\_\_\_\_ Día 3 \_\_\_\_\_ Día 4 \_\_\_\_\_ Día 5 \_\_\_\_\_

**RESTRICCIONES DE USO**

La encuesta de sistemas sólo deben utilizarla profesionales de la salud capacitados. Si eres un paciente, no debes utilizar la encuesta de sistemas. Si no eres un profesional de la salud capacitado, no debes utilizar la encuesta de sistemas. Los profesionales de la salud sólo deben utilizar la encuesta de sistemas para prestar los servicios que se encuentren dentro del alcance de su licencia o capacitación profesional. El objetivo de la encuesta de sistemas es que sea utilizada como una herramienta útil para que los profesionales de la salud recolecten información sobre la salud y el bienestar de los pacientes.