

# Diario de síntomas de Parkinson en 7 días

Guía visual en PDF para pacientes y familiares antes de una consulta



Este PDF sirve para preparar una consulta. No diagnóstica, no evalúa la idoneidad de un tratamiento y no sustituye la decisión individual de un médico.

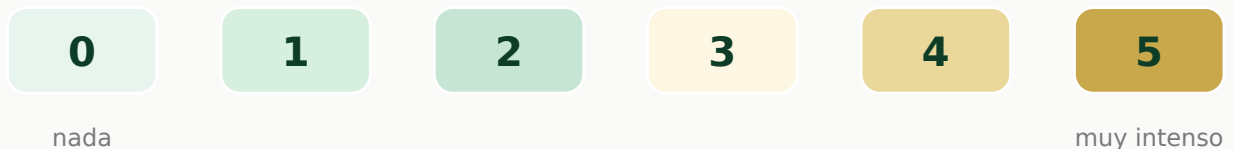
## Cómo utilizar este diario

Registre la situación del paciente durante una semana. El objetivo no es diagnosticar ni cambiar la medicación por cuenta propia, sino preparar una imagen más clara para hablar con el médico.

- Temblor y su intensidad
- Rigidez y lentitud de movimiento
- Marcha, equilibrio y riesgo de caídas
- Sueño, cansancio, ansiedad o estado de ánimo
- Relación con la medicación y posibles periodos OFF

## Escala de intensidad de síntomas

Use la misma escala cada día: 0 significa que el síntoma no aparece; 5 significa que es muy intenso. Lo importante no es rellenarlo perfecto, sino observar la evolución.



## Mapa breve de observación

### Qué anotar

Registre lo que afecta al día a día: temblor, rigidez, marcha, sueño, estado de ánimo, medicación y cambios después de comer o realizar actividad.

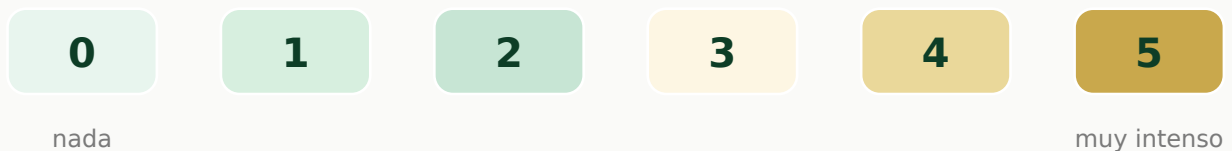
### Cuándo anotar

Lo ideal es 2-3 veces al día: mañana, tarde y noche. Si es difícil, basta con una observación breve al final del día.

### A quién mostrarlo

Lleve este diario a la consulta médica o envíelo antes si la clínica solicita información previa.

## Escala de intensidad de síntomas



## Cuándo buscar atención médica urgente

Si aparece un empeoramiento brusco, caída con lesión, confusión, debilidad marcada, fiebre alta o alteraciones repentinas del habla, la visión o el movimiento, no espere a una consulta programada y busque atención médica urgente.

# Diario de 7 días

Use la misma escala cada día: 0 significa que el síntoma no aparece; 5 significa que es muy intenso. Lo importante no es rellenarlo perfecto, sino observar la evolución.

Día	Temblo r	Rigidez	Marcha/equi librio	Sueño	Estado de ánimo	Medicación / OFF	Notas
Día 1							
Día 2							
Día 3							
Día 4							
Día 5							
Día 6							
Día 7							

## Preguntas para el médico antes de la consulta

- ¿Qué síntomas requieren más atención en este momento?
- ¿Algunos síntomas pueden estar relacionados con los horarios de la medicación?
- ¿Hay señales que requieran estudios adicionales?
- ¿Qué resultados realistas se pueden esperar del método elegido?
- ¿Qué limitaciones, riesgos y contraindicaciones deben comentarse?
- ¿Cómo se evaluará la evolución después de la consulta o el procedimiento?

## Qué preparar antes de la consulta

- Lista de medicamentos: nombre, dosis y horario.
- Breve historia de la enfermedad: inicio y evolución de los síntomas.
- Informes neurológicos y pruebas disponibles.
- Vídeos de la marcha o del temblor si el médico los solicita.
- Principales molestias del paciente y observaciones del familiar.
- Preguntas importantes para tratar durante la consulta.

## Siguiente paso

Después de completar el diario, puede enviarlo al coordinador de la clínica o llevarlo a la consulta. Este formato ayuda a comprender mejor la evolución y preparar una conversación más concreta con el médico.

### Neuro Implant Clinic

WhatsApp / Email / Website

## Fuentes y nota médica

Basado en materiales generales para pacientes de NINDS/NIH y Parkinson's Foundation sobre síntomas de Parkinson, preparación de consultas y diarios de síntomas.

[ninds.nih.gov/health-information/disorders/parkinsons-disease](https://ninds.nih.gov/health-information/disorders/parkinsons-disease)

[parkinson.org/resources-support/carepartners/pointers/appointments](https://parkinson.org/resources-support/carepartners/pointers/appointments)

[parkinson.org/sites/default/files/documents/parkinsons\\_symptoms\\_diary.pdf](https://parkinson.org/sites/default/files/documents/parkinsons_symptoms_diary.pdf)