



EVALUACIÓN FÍSICA DE PREPARACIÓN PARA LA PARTICIPACIÓN

FORMULARIO DE ELEGIBILIDAD MÉDICA

Nombre: _____ Fecha de nacimiento: _____

- Médicamente apto para todos los deportes sin restricción
- Médicamente apto para todos los deportes sin restricción con recomendaciones para evaluaciones o tratamientos adicionales de

Médicamente apto para ciertos deportes

No médicamente apto a la espera de evaluaciones adicionales

Médicamente no apto para ningún deporte

Recomendaciones: _____

He examinado al estudiante designado en este formulario y he completado la evaluación física de preparación para la participación. El deportista no tiene contraindicaciones clínicas aparentes para entrenar y puede participar en el(los) deporte(s) como se describe en este formulario. Una copia de los resultados del examen físico está en expediente en mi consultorio y se puede poner a disposición de la escuela a pedido de los padres. Si surgen afecciones después de que el deportista ha obtenido el permiso para participar, el médico puede rescindir la elegibilidad médica hasta que el problema se resuelva y se le expliquen todas las potenciales consecuencias al deportista (y a los padres o tutores).

Nombre del profesional de atención médica (en letra de imprenta o a máquina): _____ Fecha: _____

Dirección: _____ Teléfono: _____

Firma del profesional de atención médica: _____, MD, DO, NP o PA

INFORMACIÓN DE EMERGENCIA COMPARTIDA

Alergias: _____

Medicamentos: _____

Información adicional: _____

Contactos para emergencias: _____



EVALUACIÓN FÍSICA DE PREPARACIÓN PARA LA PARTICIPACIÓN

FORMULARIO DE ANTECEDENTES

Nota: complete y firme este formulario (con sus padres si son menores de 18 años) antes de su cita.

Nombre: _____ Fecha de nacimiento: _____

Fecha del examen: _____ Deporte(s): _____

Sexo asignado al nacer (F, M o intersexualidad): _____ ¿Cómo identifica su género? (F, M u otro): _____

Enumere las afecciones médicas pasadas y actuales. _____

¿Se ha sometido a alguna cirugía? Si la respuesta es sí, enumere todos los procedimientos quirúrgicos que haya tenido. _____

Medicamentos y suplementos: enumere todas las recetas médicas actuales, medicamentos de venta libre y suplementos (herbarios y nutritivos).

¿Tiene alguna alergia? Si la respuesta es sí, enumere todas las alergias (es decir, medicamentos, polen, alimentos, picaduras insectos).

Cuestionario de salud del paciente Versión 4 (PHQ-4)

En las últimas 2 semanas, ¿con qué frecuencia le ha molestado alguno de los siguientes problemas? (Marcar con un círculo la respuesta).

| | Para nada | Varios días | Más de la mitad de los días | Casi todos los días |
|--|-----------|-------------|-----------------------------|---------------------|
| Se ha sentido nervioso, ansioso o con los nervios de punta | 0 | 1 | 2 | 3 |
| No ha sido capaz de detener o controlar la preocupación | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Poco interés o placer en hacer cosas | 0 | 1 | 2 | 3 |
| Se ha sentido desanimado, deprimido o desesperanzado | 0 | 1 | 2 | 3 |

(Una suma de ≥ 3 se considera positiva en la subescala [las preguntas 1 y 2, o las preguntas 3 y 4] para propósitos de selección).

| PREGUNTAS GENERALES (Explique las respuestas positivas ("Sí") al final de este formulario. Encierre en un círculo las preguntas si no sabe la respuesta). | Sí | No |
|---|-----------|-----------|
| 1. ¿Tiene alguna inquietud que le gustaría discutir con su proveedor? | | |
| 2. ¿Alguna vez un proveedor negó o restringió su participación en algún deporte por alguna razón? | | |
| 3. ¿Tiene algún problema médico actual o enfermedad reciente? | | |
| PREGUNTAS SOBRE SU SALUD CARDÍACA | Sí | No |
| 4. ¿Alguna vez se desmayó o casi se desmaya durante o después de hacer ejercicio? | | |
| 5. ¿Alguna vez ha tenido incomodidad, dolor, tensión o presión en el pecho durante el ejercicio? | | |
| 6. ¿Alguna vez su corazón late rápido, tiene palpitaciones en el pecho, o se salta latidos (latidos irregulares) durante el ejercicio? | | |
| 7. ¿Alguna vez un médico le dijo que tiene algún problema cardíaco? | | |
| 8. ¿Alguna vez un médico le solicitó una prueba para el corazón? Por ejemplo, un electrocardiograma (ECG) o una ecocardiografía. | | |

| PREGUNTAS SOBRE SU SALUD CARDÍACA (CONTINÚA) | Sí | No |
|---|-----------|-----------|
| 9. ¿Se siente mareado o con más dificultad para respirar que sus amigos durante el ejercicio? | | |
| 10. ¿Alguna vez ha tenido convulsiones? | | |
| PREGUNTAS SOBRE LA SALUD CARDÍACA DE SU FAMILIA | Sí | No |
| 11. ¿Algún miembro de su familia o pariente ha muerto por problemas cardíacos o tuvo una muerte súbita repentina o inexplicable antes de los 35 años de edad (incluida la muerte por ahogamiento o accidente automovilístico inexplicable)? | | |
| 12. ¿Alguien de su familia tiene un problema genético del corazón, como una miocardiopatía hipertrófica (MCH), síndrome de Marfan, cardiomiopatía arritmogénica ventricular derecha (MAVD), síndrome de QT largo (SQTL), síndrome de QT corto (SQTC), síndrome de Brugada o Taquicardia ventricular polimórfica catecolaminérgica (TVPC)? | | |
| 13. ¿A alguien de su familia le colocaron un marcapasos o un desfibrilador implantado antes de los 35 años de edad? | | |

| PREGUNTAS SOBRE LOS HUESOS Y LAS ARTICULACIONES | Sí | No |
|--|----|----|
| 14. ¿Alguna vez ha tenido una fractura por fatiga o una lesión ósea, muscular, del ligamento, articulación o del tendón que le haya hecho faltar a un entrenamiento o juego? | | |
| 15. ¿Tiene una lesión ósea, muscular, de ligamento o articulación que le moleste? | | |
| PREGUNTAS MÉDICAS | Sí | No |
| 16. ¿Durante o después del ejercicio tose, tiene una respiración sibilante o dificultad para respirar? | | |
| 17. ¿Le falta un riñón, un ojo, un testículo (hombres), el bazo o algún otro órgano? | | |
| 18. ¿Tiene dolor en la ingle o los testículos o una protuberancia o hernia dolorosa en el área de la ingle? | | |
| 19. ¿Tiene alguna erupción cutánea recurrente o que van y vienen, incluidos los herpes o <i>staphylococcus aureus resistente a la meticilina</i> (SARM)? | | |
| 20. ¿Ha tenido una contusión cerebral o una lesión en la cabeza que haya causado confusión, dolor de cabeza prolongado o problemas de memoria? | | |
| 21. ¿Alguna vez ha tenido entumecimiento, hormigueo, debilidad en los brazos o piernas, o no ha podido mover sus brazos o piernas después de haberse golpeado o caído? | | |
| 22. ¿Alguna vez se ha sentido descompuesto mientras hacía ejercicio al calor? | | |
| 23. ¿Usted o alguien de su familia tiene rasgo drepanocítico o anemia falciforme? | | |
| 24. ¿Alguna vez ha tenido o tiene algún problema de visión o con sus ojos? | | |

| PREGUNTAS MÉDICAS (CONTINÚA) | Sí | No |
|--|----|----|
| 25. ¿Se preocupa por su peso? | | |
| 26. ¿Está tratando de subir o bajar de peso o alguien le ha recomendado hacerlo? | | |
| 27. ¿Lleva una dieta especial o evita ciertos tipos o grupos de alimentos? | | |
| 28. ¿Alguna vez ha tenido un trastorno alimentario? | | |
| SOLO MUJERES | Sí | No |
| 29. ¿Alguna vez ha tenido un período menstrual? | | |
| 30. ¿Cuántos años tenía la primera vez que tuvo su período? | | |
| 31. ¿Cuándo fue su último período menstrual? | | |
| 32. ¿Cuántos períodos ha tenido en los últimos 12 meses? | | |

Explique las respuestas positivas ("Sí") aquí.

Por este medio afirmo que, según mi leal saber y entender, mis respuestas a las preguntas de este formulario son completas y correctas.

Firma del deportista: _____

Firma del padre o tutor: _____

Fecha: _____



EVALUACIÓN FÍSICA DE PREPARACIÓN PARA LA PARTICIPACIÓN

FORMULARIO DE EXAMEN FÍSICO

Nombre: _____ Fecha de nacimiento: _____

RECORDATORIOS AL MÉDICO

- Tenga en cuenta preguntas adicionales sobre cuestiones más sensibles.
 - ¿Se siente estresado o bajo mucha presión?
 - ¿Alguna vez se siente triste, desesperanzado, deprimido o ansioso?
 - ¿Se siente seguro en su hogar o residencia?
 - Durante los últimos 30 días, ¿fumó, aspiró o masticó tabaco?
 - ¿Bebe alcohol o consume alguna otra droga?
 - ¿Alguna vez ha tomado esteroides anabólicos o ha usado alguna otra sustancia que mejora el rendimiento?
 - ¿Alguna vez ha tomado algún suplemento para ayudarlo a subir o a bajar de peso o a mejorar su rendimiento?
 - ¿Usa cinturón de seguridad, casco y condones?
- Analice la posibilidad de revisar las preguntas sobre los síntomas cardiovasculares (formulario de antecedentes Q4–Q13).

| EXAMEN | | |
|---|--------|--|
| Estatura: | Peso: | |
| PA: / (/) | Pulso: | Visión: D 20/ I 20/ Corregida: <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> N |
| MÉDICA | NORMAL | HALLAZGOS ANORMALES |
| Aspecto <ul style="list-style-type: none"> Estigmas de Marfan (cifoescoliosis, paladar ojival, pectus excavatum (torax en embudo), aracnodactilia, hiperlaxia, miopía, prolapso de la válvula mitral [PVM], e insuficiencia aórtica) | | |
| Ojos, oídos, nariz y garganta <ul style="list-style-type: none"> Pupilas igual Oído | | |
| Nódulos linfáticos | | |
| Corazón ^a <ul style="list-style-type: none"> Soplos (auscultación de pie, auscultación en posición supina y ± maniobra de Valsalva) | | |
| Pulmones | | |
| Abdomen | | |
| Piel <ul style="list-style-type: none"> Herpes simple (VHS), lesiones que sugieren <i>staphylococcus aureus</i> resistente a la metilina (SARM), o tinea corporis (tiña del cuerpo) | | |
| Neurológico | | |
| MUSCULOESQUELÉTICO | NORMAL | HALLAZGOS ANORMALES |
| Cuello | | |
| Espalda | | |
| Hombro y brazo | | |
| Codo y antebrazo | | |
| Muñeca, mano y dedos | | |
| Cadera y muslo | | |
| Rodilla | | |
| Pierna y tobillo | | |
| Pie y dedos del pie | | |
| Funcional <ul style="list-style-type: none"> Prueba de sentadilla a dos piernas, prueba de sentadilla a una sola pierna, y prueba de caída | | |

^aAnalice la posibilidad de un electrocardiograma (ECG), ecocardiografía, derivación a un cardiólogo para los resultados de exámenes o antecedentes cardiacos anormales, o una Combinación de esos.

Nombre del profesional de atención médica (en letra de imprenta o a máquina): _____ Fecha: _____

Dirección: _____ Teléfono: _____

Firma del profesional de atención médica: _____, MD, DO, NP o PA