



---

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Consejos para tomar fotografías para mostrarle a su proveedor de cuidados de la salud

Esta información le ayudará a tomar mejores fotografías para mostrarle a su proveedor de cuidados de la salud.

Enviar fotografías claras ayudará a su proveedor de cuidados de la salud a observar cómo está cicatrizando o si hay problemas con la zona. Es posible que necesite la ayuda de otra persona para tomar las fotografías.

Para obtener más información, lea nuestros recursos *Cómo tomarse fotografías de la piel para el proveedor de cuidados de la salud*

([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-skin-your-healthcare-provider](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-skin-your-healthcare-provider)) y *Cómo tomarse fotografías del cuero cabelludo para el proveedor de cuidados de la salud*

([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-scalp-your-healthcare-provider](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-scalp-your-healthcare-provider)).

([www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-scalp-your-healthcare-provider](http://www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-scalp-your-healthcare-provider)).

## 1. Reúna los materiales

- Una cámara o un dispositivo con una cámara, como un teléfono celular.
- Un trípode o soporte para cámara, si desea usar uno.
- Una cinta medidora o una regla si el proveedor de cuidados de la salud le pidió que midiera la zona.

## 2. Prepare el fondo

- Busque un lugar para tomar la fotografía donde no haya desorden de fondo.
- Un fondo de color sólido ayudará a que su cámara se enfoque de modo que sus fotografías sean claras.
  - Si no tiene un fondo de color sólido, puede colgar una sábana o tela de color sólido y pararse frente a ella.

### **3. Planifique la iluminación**

- Instale el trípode o soporte para la cámara, si va a usar uno.
- Encienda el flash de la cámara. El flash le dará la luz que necesita.
- Asegúrese de que la luz brille directamente sobre la zona que va a fotografiar. Si hay algo en el camino de la luz, puede proyectar sombras en la fotografía.
- Asegúrese de que usted, o la persona que le ayuda, pueda sostener la cámara de forma tal de que no proyecte una sombra sobre la zona que va a fotografiar.
- Si el proveedor de cuidados de la salud le pidió que midiera la zona, coloque la cinta medidora o la regla cerca de la zona que va a fotografiar. No permita que la cinta medidora toque la zona que va a fotografiar, especialmente si se trata de una herida abierta o de una incisión (corte quirúrgico).

### **4. Tome la fotografía**

- Sostenga la cámara en posición plana y apuntando directamente a la zona que va a fotografiar.
- Sostenga la cámara sin moverla mientras toma la fotografía.
- Si utiliza su teléfono, mire la zona que va a fotografiar en la pantalla. Toque la pantalla para que la cámara enfoque.
- Cuando esté listo, tome las fotografías. Recuerde tomar fotografías desde todos los ángulos que su proveedor de cuidados de la salud le pidió.

- Verifique que cada fotografía sea clara. Si cualquiera de las fotografías se ve borrosa o no muestra la zona correcta, tómelas nuevamente. No intente editar la fotografía.

## 5. **Envíe las fotografías mediante MyMSK**

Puede enviar las fotografías a su proveedor de cuidados de la salud usando MyMSK (el portal para pacientes de MSK). Para hacer esto, siga los pasos indicados en esta sección. Guarde las fotografías en su computadora. Una forma de hacer esto es enviarse las fotografías por correo electrónico, abrir el correo electrónico y guardar las fotografías.

- Inicie sesión en su cuenta MyMSK.
  - Para inscribirse si no tiene una cuenta MyMSK, visite [my.mskcc.org](http://my.mskcc.org), llame al 646-227-2593 > o llame al consultorio de su médico para obtener una ID de inscripción. Para obtener más información, mire el video *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mym-sk-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mym-sk-patient-portal)).
- En la página de inicio, haga clic en “Mensajes” (“Messages”). A continuación, haga clic en “Redactar mensaje nuevo” (“Compose New Message”).
- Desde la página Redactar mensaje nuevo (Compose New Message), haga clic en “Comunicación general al consultorio” (“General Office Communication”).
- Escriba el nombre de su proveedor de cuidados de la salud y elija un asunto.
- En el cuadro de texto, escriba un mensaje a su proveedor de cuidados de la salud.
- Para adjuntar las fotografías, haga clic en “Agregar archivos adjuntos” (“Add attachments”) debajo del cuadro de texto. Abra la carpeta donde está guardada la fotografía y haga clic en ella. A continuación, haga clic en el botón “Abrir” (“Open”). Repita este paso para cada una de las fotografías.

- Cuando el mensaje esté listo, hasta clic en el botón “Enviar” (“Send”).

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) y busque en nuestra biblioteca virtual.

---

Tips for Taking Pictures to Share with Your Healthcare Provider - Last updated on March 19, 2020

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center