

*Médico Cirujano, Residente de Segundo año de la Especialidad en Medicina Familiar en la UMF No. 11 del Instituto Mexicano del Seguro Social, Tapachula, Chiapas. **Especialista en Medicina Familiar, Médico Familiar Certificado por el CCMFAC. Profesor Ayudante de la Especialidad en Medicina Familiar en la UMF 11 del IMSS, Tapachula, Chiapas. Médico Adscrito al Servicio de Atención Médica Continua de la UMF 11 del IMSS, Tapachula, Chiapas. Maestrante en Docencia, Profesor de Asignatura A del Pregrado de la Facultad de Medicina Humana Campus IV Tapachula de la Universidad Autónoma de Chiapas. Expresidente de la Asociación Chiapaneca de Especialistas en Medicina Familiar A.C. Ex Coordinador Regional de la Federación Mexicana de Especialistas y Residentes de Medicina Familiar A.C., Coordinador de Actividades Científicas de la Asociación Chiapaneca de Especialistas en Medicina Familiar A.C. ****Especialista en Medicina Familiar. Doctora en Terapia Familiar, Maestría en Terapia Familiar. Jefe de Sección Médica en la Clínica de Medicina Familiar No.1 del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, Guadalajara, Jalisco. Profesora Titular de la Especialidad en Medicina Familiar en la CMF 1 del ISSSTE Jalisco. Profesora del Pregrado en Medicina de la Universidad de Guadalajara. Integrante del Consejo Consultivo del Colegio Jalisciense de Medicina Familiar A.C., Integrante de la Comisión Consultiva del Consejo Mexicano de Certificación en Medicina Familiar A.C.

El Ciclograma de Ludvick: Un enfoque integral para la Medicina Familiar

The Ludvick Cyclogram: A Comprehensive Approach to Family Medicine

O Ciclograma Ludvick: Uma Abordagem Abrangente à Medicina Familiar

Citlaly Itzel Diaz Pérez, * Fabiola González Vázquez, * Adriana Burguete Ramos, * Vanessa Domínguez Álvarez,* Beatriz Guadalupe Mancilla Juan, * Esmeralda del Rocío Saraoz Morales, * Stefany de Fátima Ramírez Arriaga,* Sissi Karina Arias Antonio, * Ludvick Torres López, ** Minerva Paulina Hernández Martínez. ***

DOI: 10.62514/amf.v26i4.74

Dra. Herlinda Morales López de Irigoyen

Sra. Editora

En México, a siete décadas del *Programa Piloto de Nuevo Laredo, Tamaulipas*^{1,2} la Medicina Familiar se ha consolidado como piedra angular de la atención primaria en salud, tanto en el ámbito público como privado.³ Su enfoque holístico, centrado en el paciente y su entorno familiar, ha impulsado el desarrollo de herramientas prácticas para la evaluación y el tratamiento integral de individuos en su contexto biopsicosocial; entre estas herramientas destaca el **Ciclo Vital Familiar**.⁴

Si bien el conocimiento del Ciclo Vital Familiar es fundamental para la práctica de la Medicina Familiar⁵ *existe la necesidad de una herramienta que lo integre con otros aspectos relevantes para la atención integral del paciente*. Esta herramienta debe ser práctica, útil en el ámbito de la consulta y adaptable a diferentes especialidades. Para responder a esta necesidad, proponemos el **Ciclograma de Ludvick**, una herramienta innovadora que combina el Ciclo Vital Familiar con las *seis Generaciones de la Era Digital* (Generación Silenciosa, Baby boomers, Generación X, Millennials, Generación Z y Alpha)⁶ Esta herramienta, compuesta por cuatro discos concéntricos, permite al Médico Familiar:

Visualizar de manera integral las diferentes etapas del desarrollo individual, familiar y de pareja del paciente.

Comprender las características básicas de las seis Generaciones Digitales, para conectar mejor con cada paciente y adaptar las estrategias de comunicación y atención.

Identificar y abordar riesgos psicosociales asociados a las diferentes etapas del ciclo vital.

Realizar intervenciones preventivas y normalizadoras en las transiciones del ciclo vital.

Mejorar la satisfacción del usuario y promover el automanejo de su salud.

El **Ciclo Vital Familiar** es un concepto fundamental en la Medicina Familiar, ya que permite comprender los cambios y desafíos que enfrentan las familias a lo largo de su desarrollo. Al conocer las etapas del ciclo vital, conseguimos ofrecer una atención más efectiva y personalizada, anticipando necesidades y ofreciendo apoyo en momentos críticos.⁶⁻⁸

El **Ciclo Vital de la Pareja** también es un aspecto relevante en la práctica, ya que las relaciones de pareja pueden tener un impacto significativo en la salud física y mental de los individuos. Al comprender las dinámicas de pareja y las etapas por las que atraviesan, nos permite identificar y abordar posibles problemas que afecten la salud integral de la familia.⁹

El **Ciclo Vital Individual** es esencial para entender el desarrollo y la evolución de cada persona. Al conocer las etapas del ciclo vital individual, logramos brindar una atención más personalizada, considerando las necesidades, riesgos y oportunidades propias de cada paciente en cada etapa de su vida.¹⁰

En la era digital actual, es fundamental que los profesionales de la salud comprendan las características y comportamientos de las *Seis Generaciones Digitales*. Cada generación ha nacido y crecido en un entorno tecnológico diferente, lo que ha moldeado su forma de comunicarse, consumir información y relacionarse con el mundo. Al comprender las características de cada generación, podemos adaptar nuestro lenguaje, estrategias de comunicación y atención para comunicarnos mejor con cada paciente y establecer de esta manera una atención más efectiva.⁶

El **Ciclograma de Ludvick** es una herramienta *práctica y fácil de manejar*, diseñada para ser utilizada en el ámbito de la consulta externa, durante la entrevista médica. Su diseño intuitivo permite una rápida comprensión y aplicación por parte del médico familiar.

Además, es una herramienta *integral* que combina el Ciclo Vital Familiar con las *Seis Generaciones Digitales*, brindando una visión más amplia del paciente. Su *versatilidad* la hace adaptable a otras disciplinas y especialidades médicas, lo que la convierte en una herramienta valiosa para una amplia gama de profesionales de la salud. El **Ciclograma de Ludvick** representa un avance significativo en la práctica de la Medicina Familiar. Su potencial para mejorar la atención integral del paciente, la comunicación con las diferentes generaciones y principalmente la prevención de riesgos psicosociales lo convierten en una herramienta indispensable para el Médico Familiar.

Invitamos a la Comunidad de Médicos Familiares a conocer y adoptar el **Ciclograma de Ludvick** en su práctica diaria, incorporándolo como una herramienta para mejorar la calidad de la atención que brindan a sus pacientes y sus familias. Teniendo la certeza de que será de gran utilidad para fortalecer la práctica de la especialidad en beneficio de la salud integral de las familias. Para conocer con más detalle los objetivos del **Ciclograma de Ludvick** se pone a disposición de los lectores- el siguiente teléfono y correo electrónico: *Dr. Ludvick Torres López*. Teléfono: 9621559903. Correo electrónico: drludvicktorres@gmail.com

Referencias

1. Narro JR, Alarid HJ, Minero H, de León MEP, Santaella B, Villalvazo E. Medicina general/familiar. Rev Fac Med Univ Nac Auton Mex [Internet]. 1981 [citado el 20 de Mayo de 2024]; Disponible en: <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rfm/article/view/74122/0>
2. Irigoyen-Coria A, Vázquez-Martínez VH, Arévalo-Ramírez LA. La influencia de los médicos de Tamaulipas en el desarrollo de la Medicina Familiar en México y Latinoamérica. Aten Fam. 2016;23(1):1-3.
3. Rodríguez Domínguez J, Fernández Ortega MÁ, José Mazón J, Olvera F. La medicina familiar en México, 1954-2006. Antecedentes, situación actual y perspectivas. Aten Primaria [Internet]. 2006 [citado el 20 de mayo de 2024];38(9):519-22. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-medicina-familiar-mexico-1954-2006--13095059>
4. Román-López CA, Angulo-Valenzuela RA, De Los Ángeles Hernández-Godínez. GF-H y. M. El médico familiar y sus herramientas [Internet]. Medigraphic.com. [citado el 20 de Mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmed/md-2015/md1540.pdf>
5. de la Revilla L, Fleitas L, Prados MA, de los Ríos A, Marcos B, Bailón E. El genograma en la evaluación del ciclo vital familiar natural y de sus dislocaciones. Aten Primaria [Internet]. 1998 [citado el 20 de mayo de 2024];21(4):219-24. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-el-genograma-evaluacion-ciclo-vital-familiar-natural-15050>
6. Icemd.com. [citado el 20 de Mayo de 2024]. Disponible en: https://cdn5.icemd.com/app/uploads/2018/12/Estudio_6-generaciones-de-la-era-digital-.pdf
7. Vista de CONCEPTUALIZACIÓN DE CICLO VITAL FAMILIAR: UNA MIRADA A LA PRODUCCIÓN DURANTE EL PERIODO COMPRENDIDO ENTRE LOS AÑOS 2002 A 2015 (Conceptualization of family life cycle: a view of the production during the period between 2002 and 2015) [Internet]. Edu.co. [citado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/3555/2436>
8. Prados Quel MÁ. La espiral del ciclo vital familiar. FMC - Form Médica Contin Aten Primaria [Internet]. 2007;14(S5):46-59. Disponible en: <https://medfam.fmposgrado.unam.mx/wp-content/uploads/2024/04/Espiral-del-Ciclo-Vital-Familiar.pdf>
9. Ucol.mx. [citado el 21 de mayo de 2024]. Disponible en: http://bvirtual.ucol.mx/archivos/51_9606030906.pdf
10. UNAM.mx. [citado el 20 de junio de 2024]. Disponible en: <https://medfam.fmposgrado.unam.mx/wp-content/uploads/2024/04/Ciclo-de-vida-individual-y-familiar-abril-2024.pdf>