

Servicios preventivos para adultos

Estas pautas representan los requisitos mínimos para adultos saludables sin afecciones médicas conocidas. Los adultos que se encuentren en categorías de "alto riesgo" o con problemas médicos específicos pueden requerir evaluaciones y controles más frecuentes. Pregúntele a su médico sobre las evaluaciones y exámenes que sean adecuados para usted y cuándo los necesita.

Para conocer más sobre cuáles vacunas necesita, además de su vacuna antigripal anual, visite la página web [Programación de vacunaciones y atención preventiva](#).

Evaluaciones (*pulse en cada prueba para obtener más información*)

Examen de la persona sana

Descripción: Hable con su médico sobre los problemas físicos, mentales y de estilo de vida para fomentar una vida saludable.

Edad y sexo de quienes necesitan esta evaluación: Tanto hombres como mujeres a partir de los 18 años, todos los años.

Presión sanguínea

Descripción: Conozca sus cifras - Mantenga su presión sanguínea bajo control.

Edad y sexo de quienes necesitan esta evaluación: Tanto hombres como mujeres a partir de los 18 años, todos los años.

Índice de masa corporal (BMI)

Descripción: Mantenga un peso saludable. Conozca su BMI.

Edad y sexo de quienes necesitan esta evaluación: Tanto hombres como mujeres a partir de los 18 años, todos los años.

Prueba de detección de aneurisma de la aorta abdominal

Descripción: Una evaluación mediante ultrasonido para hombres con historia de fumador.

Edad y sexo de quienes necesitan esta evaluación: Hombres con elevado factor de riesgo de 65 años o más.

Uso de aspirina para la prevención de enfermedades cardíacas

Descripción: Cuando el beneficio potencial de disminución de ataques al corazón o derrame cerebral supera el daño potencial de hemorragia gastrointestinal.

Edad y sexo de quienes necesitan esta evaluación: Hombres de 45 años o más. Mujeres de 55 años o más.

[Prueba de detección de cáncer de mama](#)

Descripción: Prueba universal a la edad de 50: a los 40 años hable con su médico.

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Mujeres de 40-49 años con elevado factor de riesgo. Todas las mujeres entre 50 y 74 años.

[Prueba de detección de cáncer cervical](#)

Edad y sexo que necesitan esta evaluación:

Mujeres entre los 21 y los 65 años: Prueba de Papanicolaou

Mujeres entre los 30 y los 65 años: Cada 5 años si se ha sometido a una prueba de Papanicolaou y una de VPH

[Prueba de detección de clamidia](#)

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Mujeres sexualmente activas entre los 16 y los 24 años, al menos una vez al año. Las mujeres de 25 años o más con elevado factor de riesgo.

[Prueba de detección de colesterol](#)

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Los hombres entre 20 y 35 años y las mujeres de más de 20 con elevado factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares. Todos los hombres de 35 años o más.

[Prueba de detección de cáncer colorrectal](#)

Descripción:

- Prueba de sangre oculta en heces (FOBT) anualmente O
- Sigmoidoscopia cada 5 años, con FOBT de alta sensibilidad cada 3 años.
- Colonoscopia de evaluación cada 10 años.

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Tanto los hombres como las mujeres de 50 años o más.

[Evaluación sobre depresión](#)

Descripción: Discuta el estrés de la vida con su médico. Obtener ayuda es lo mejor que puede hacer.

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Tanto los hombres como las mujeres de 18 años o más.

[Atención odontológica](#)

Descripción: Ocúpese de sus dientes y encías. Visite al dentista al menos una vez al año.

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Tanto los hombres como las mujeres de 18 años o más.

[Prueba de detección de diabetes \(tipo 2\)](#)

Descripción: Puede hacer mucho para evitar o aplazar padecer de diabetes tipo II.

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Tanto los hombres como las mujeres todos los años a partir de los 18 años.

[Prueba de detección de hepatitis C](#)

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Tanto los hombres como las mujeres que tengan factor de riesgo de infección y todos los adultos nacidos entre 1945 y 1965.

[Prueba de detección de VIH](#)

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Tanto los hombres como las mujeres de 18 a 64 años. Tanto los hombres como las mujeres de 65 años o más con elevado factor de riesgo.

[Prueba de detección de osteoporosis](#)

Descripción: Mantenga fuertes sus huesos Las personas con elevado factor de riesgo necesitan prueba de densidad ósea.

Edad y sexo que necesitan esta evaluación: Mujeres de 50-64 años con elevado factor de riesgo. Todas las mujeres de 65 años o más.

Referencias: [US Preventive Services Task Force, JNC Express: Prevention, Detection Evaluation and Treatment of High Blood Pressure](#) (Prevención, detección, evaluación y tratamiento de la hipertensión arterial) [National Heart, Lung, and Blood Institute, cdc.gov/std/chlamydia](#)