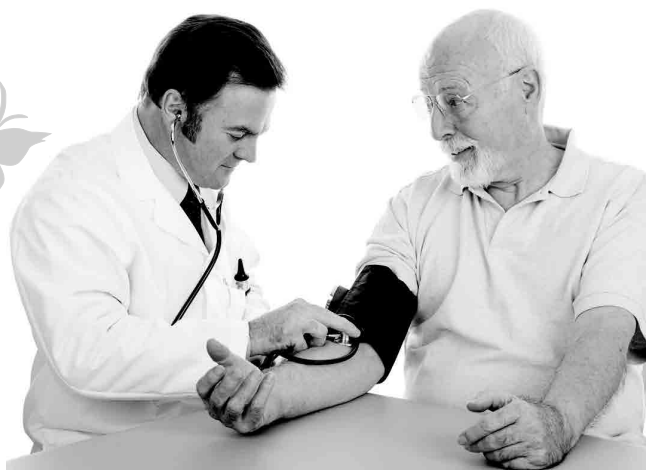


CONSEJOS DE SALUD PARA QUE USTED ESTÉ MEJOR



1-888-936-PLAN (7526)
www.hpsj.com
Para usuarios de TDD/TTY
(209) 942-6306



PAUTAS DE SALUD PREVENTIVA PARA ADULTOS

LINEAMIENTOS PREVENTIVOS	21-39 AÑOS DE EDAD	40-49 AÑOS DE EDAD	50-64 AÑOS DE EDAD	65 AÑOS DE EDAD Y MÁS
Historial y examen físico				
Evaluación de salud inicial	• Dentro de los 120 días después de la inscripción	• Igual	• Igual	• Igual
Historia y examen físico completo	• Cada 1-3 años	• Igual	• Igual	• Anualmente
Presión arterial	• Con cada historia y examen físico	• Igual	• Igual	• Igual
Estatura	• Con la historia y examen físico inicial	• Igual	• Igual	• Igual
Peso	• Con cada historial y examen físico	• Igual	• Igual	• Igual
Evaluación "Mantenerse sano"	• Cada 3-5 años	• Igual	• Igual	• Igual
Evaluación de vista/audición/dental	• Evaluación periódica con referencia, cuando se indique así	• Igual	• Igual	• Igual
Examen digital rectal	• Ninguno	• Con cada historia y examen físico	• Con cada historia y examen físico	• Con cada historia y examen físico
Laboratorio/Estudios diagnósticos				
Sangre oculta en heces	• Ninguno	• Ninguno*	• Anualmente	• Anualmente
Sigmoidoscopia	• Ninguno	• Ninguno*	• Cada 3-5 años	• Cada 3-5 años
Colonoscopia	• Ninguno	• Ninguno	• Cada 10 años	• Cada 10 años
Detección de colesterol	• Mayor de 20 años de edad y según sea necesario para alto riesgo	• Igual	• Igual	• Igual
Detección de tuberculosis (prueba de tuberculina)	• Con cada historia y examen físico y las pruebas de todos los miembros con mayor riesgo, para los trabajadores de la salud, o las visitas fuera de los Estados Unidos	• Igual	• Igual	• Igual
Clamidia	• Cada año para mujeres sexualmente activas menores de 26 años y hombres de alto riesgo	• Ninguno*	• Ninguno*	• Ninguno*
Inmunizaciones				
Influenza	• Anualmente	• Igual	• Igual	• Igual
Neumococo	• Si existe riesgo de desarrollar enfermedad neumocócica una vez, entonces refuerzo a los 5 años	• Igual	• Igual	• A los 65 años de edad, entonces refuerzo a los 5 años
Tétanos	• 1 dosis de tiempo de tétanos (luego intensificar con Td cada 10 años)			
Varicela	• Si no hay prueba de inmunidad o segunda dosis previa	• Igual	• Igual	• Igual
Hepatitis A	• Para personas de alto riesgo	• Igual	• Igual	• Igual
La hepatitis B	• Para personas de alto riesgo sin evidencia de inmunizaciones previas	• Mismo	• Mismo	• Mismo
Antimeningocócica	• Para personas de alto riesgo	• Igual	• Igual	• Igual
Sarampión y paperas (1 dosis si nació en 1957 o años posteriores)	• Si no hay prueba de inmunidad o segunda dosis previa	• Igual ***	• Igual ***	• Igual ***
Rubéola	• Todas las mujeres en edad fértil, si están susceptibles; si están embarazadas y susceptibles inmediatamente después del parto	• Igual	• Igual	• Igual
Virus del papiloma humano (HPV), opcional para hombres Herpes Zoster (Culebrilla)	• 3 dosis para mujeres de edades hasta 26 años de edad	• Ninguno	• Ninguno • A los 60 años o más	• Ninguno
Sólo para mujeres				
Examen pélvico	• Cada 1 a 3 años	• Anualmente	• Anualmente	• Anualmente
Papanicolaou	• Cada 1 a 3 años, dependiendo de los factores de riesgo • Cada 3 años para pacientes de bajo riesgo que obtuvieron dos pruebas anuales negativas de Papanicolaou. Papanicolaou anual para pacientes que toman anticonceptivos farmacológicos	• Igual • Igual	• Igual • Igual	• Ninguno** • Igual
Mamografía y examen clínico de los senos	• No requerido	• Anualmente	• Anualmente	• Anualmente

Fuente: Guía de Servicios Clínicos Preventivos, Segunda Edición, Informe del Grupo Especial de Servicios Preventivos de Estados Unidos Servicios Preventivos de Estados Unidos. 2011

*Ninguno - A menos que haya indicación clínica

**Ninguno - Si los exámenes previos son normales

*** Igual - pueden necesitar una segunda dosis