

## Hable con su proveedor de atención primaria (PCP)

Usted puede hablar con su PCP sobre las pruebas de detección. Intente hablar abiertamente de su salud. Simplemente recuerde: usted no es la única persona que tiene preguntas o preocupaciones. ¿Tiene preguntas sobre sus beneficios? Simplemente llame al **1-800-279-1878 (TTY: 711)**.

Esta información médica es de carácter general y no debe reemplazar los consejos o la atención que puede recibir de su proveedor. Consulte siempre a su proveedor sobre sus necesidades personales de atención médica.

**Aetna Better Health® of Virginia**

9881 Mayland Drive  
Richmond, VA 23233

©2023 Aetna Inc.

969805-VA-SP



# Cuide de usted

**Una guía para las pruebas de detección**  
Aetna Better Health® of Virginia

[AetnaBetterHealth.com/Virginia](https://AetnaBetterHealth.com/Virginia)

 **aetna**

Aetna Better Health® of Virginia

969805-VA-SP

# Mantener la salud

Usted puede contribuir en gran medida a mantenerse sano. Hacerse las revisiones médicas y las pruebas de detección es un buen comienzo. Y recuerde que estas pruebas de detección son gratuitas. También puede obtener recompensas de bienestar por someterse a pruebas de detección, exámenes y vacunas importantes.

PRUEBAS DE DETECCIÓN	RECOMENDACIÓN
<b>Mujeres</b>	
<b>Cáncer de mama</b>	<b>A partir de los 30 años, las mujeres con riesgo elevado:</b> Deben hacerse una mamografía todos los años. <b>De 40 a 44 años:</b> Puede decidirse a empezar con mamografías anuales. <b>De 45 a 54 años:</b> Debe hacerse una mamografía todos los años. <b>A partir de 55 años:</b> Puede optar por hacerse una mamografía cada dos años o continuar con las mamografías anuales.
<b>Cáncer de cuello uterino</b>	<b>De 21 a 29 años:</b> Prueba de Papanicolaou cada tres años <b>De 30 a 65 años:</b> Prueba de Papanicolaou con prueba de VPH cada cinco años o únicamente prueba de Papanicolaou cada tres años.
<b>Clamidia y gonorrea</b>	<b>Hasta 24 años:</b> para mujeres sexualmente activas <b>A partir de 25 años:</b> para mujeres sexualmente activas con un riesgo de infección más elevado
<b>Cáncer de endometrio</b>	<b>Si presenta una hemorragia vaginal inesperada a cualquier edad, consulte a su PCP</b>
<b>Hombres</b>	
<b>Control de próstata</b>	Los hombres a partir de los 50 años deben someterse a una revisión anual de la próstata.
<b>Todos los adultos</b>	
<b>Colesterol</b>	<b>De 9 a 11 años:</b> análisis de sangre realizados por lo menos una vez durante este período <b>De 17 a 21 años:</b> análisis de sangre realizados por lo menos una vez durante este período <b>De 40 a 75 años:</b> análisis de sangre para evaluar el colesterol y los triglicéridos cuando el riesgo de sufrir un accidente cardiovascular a 10 años es igual o superior al 10% (pregunte a su médico sobre su riesgo)
<b>Cáncer colorrectal</b>	<b>De 50 a 75 años:</b> cribado con una o más pruebas para detectar pólipos (crecimientos anormales) y cáncer <b>De 76 a 85 años:</b> Su PCP le ayudará a decidir si debe someterse a pruebas de detección en función de su estado de salud y sus antecedentes de cribado.

\*Algunas vacunas no son apropiadas para personas con ciertas enfermedades — verifíquelo con su PCP.

PRUEBAS DE DETECCIÓN	RECOMENDACIÓN
<b>Todos los adultos</b>	
<b>Glaucoma</b>	<b>A partir de los 61 años (todos), a partir de los 41 (afroamericanos) y si tiene antecedentes familiares:</b> examen de los ojos con dilatación de pupila al menos una vez cada 2 años
<b>Presión arterial alta</b>	<b>A partir de los 18 años:</b> medición de la presión arterial en las revisiones anuales si no tiene ya hipertensión arterial
<b>Cáncer de pulmón</b>	<b>De 55 a 80 años:</b> si tiene antecedentes de tabaquismo, hable con su PCP sobre la conveniencia de someterse a una prueba de detección anual
<b>Enfermedades de transmisión sexual (ETS)</b>	Hable con su médico de cabecera sobre las pruebas de detección basadas en la actividad sexual y los riesgos.
<b>Diabetes de tipo 2</b>	<b>De 40 a 70 años:</b> prueba de detección de glucemia anormal si tiene sobrepeso u obesidad pero no presenta otros síntomas
VACUNAS (dosis)*	RECOMENDACIÓN
<b>Varicela</b>	<b>De 12 a 15 meses:</b> primera dosis <b>De 4 a 6 años:</b> segunda dosis <b>A partir de 13 años:</b> 2 dosis con un intervalo mínimo de 28 días si nunca se vacunó de niño y nunca ha tenido varicela
<b>Vacuna contra la gripe</b>	<b>A partir de los 6 meses:</b> todos los años
<b>Virus del papiloma humano (VPH)</b>	<b>De 11 o 12 años:</b> serie de rutina (las vacunas a edades más avanzadas son menos eficaces) <b>De 13 a 26 años:</b> para aquellas personas que no han empezado a recibir dosis o que empezaron pero no terminaron la serie
<b>Sarampión, paperas y rubéola (SPR)</b>	<b>De 12 a 15 meses:</b> primera dosis <b>De 4 a 6 años:</b> segunda dosis <b>A partir de 18 años:</b> consúltelo con su PCP
<b>Neumonía</b>	La vacuna antineumocócica está recomendada para todos los niños menores de 2 años y todos los adultos mayores de 65 años. En determinadas situaciones, los niños mayores y otros adultos también deben recibir la vacuna antineumocócica. Hable con su médico sobre qué es lo mejor en su caso concreto.
<b>Culebrilla (herpes zóster)</b>	<b>Adultos sanos a partir de los 50 años:</b> 2 dosis de Shingrix®, con un intervalo de 2 a 6 meses entre ellas
<b>Tétanos, difteria y tosferina</b>	<b>Bebés y niños pequeños:</b> DTaP a los 2 meses, 4 meses, 6 meses, 15 a 18 meses y 4 a 6 años <b>De 11 a 12 años:</b> una dosis de Tdap <b>Adultos:</b> una dosis de Td cada 10 años