Pruebas de detección preventivas y vacunas

La prevención es importante para vivir por largo tiempo y vivir bien. Entre las cosas más importantes que puede hacer por su salud es hacerse las pruebas de detección y vacunarse. Tómese un tiempo para revisar esta guía sobre las pruebas y exámenes de detección preventivos y las vacunas. Utilice las tablas en las siguientes páginas para que le recuerden cuándo debe visitar a su médico de acuerdo con su perfil de salud personal. ¡Programe una cita hoy mismo!

Pruebas de detección	Entre 19 y 39 años de edad	Entre 40 y 49 años de edad	Entre 50 y 64 años de edad	De 65 años o más
Salud general: Un control médico completo, incluidos el peso y la estatura. Pregúntele a su médico o enfermera sobre temas de salud, tales como: • Sobrepeso y obesidad • Consumo de tabaco • Consumo de alcohol • Depresión • Prueba de la hormona estimulante de la tiroides (thyroid stimulating hormone, TSH) • Examen de la piel y los lunares	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.
Examen de VIH	Hágase este examen, al menos una vez, para determinar si tiene VIH. Pregúntele a su médico o enfermera si necesita hacerse el examen nuevamente y cuándo debe hacérselo.	Hágase este examen, al menos una vez, para determinar si tiene VIH. Pregúntele a su médico o enfermera si necesita hacerse el examen nuevamente y cuándo debe hacérselo.	Hágase este examen, al menos una vez, para determinar si tiene VIH. Pregúntele a su médico o enfermera si necesita hacerse el examen nuevamente y cuándo debe hacérselo.	Hable con su médico o enfermera.
Salud cardíaca: Examen de la presión arterial	Al menos, cada 2 años	Al menos, cada 2 años	Al menos, cada 2 años	Al menos, cada 2 años
Examen de colesterol	Comience a los 20 años; hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.
Salud de los huesos: Examen de densidad mineral ósea			Hable con su médico o enfermera.	Al menos una vez. Hable con su médico o enfermera sobre si debe repetir este examen.
Diabetes: Examen de glucosa o A1c	Hable con su médico o enfermera.	Comience a los 45 años; luego, realícese la prueba cada 3 años.	Cada 3 años	Cada 3 años
Salud de los senos: Mamografía (radiografía del seno)		Cada 1 a 2 años. Hable con su médico o enfermera.	Cada 1 a 2 años. Hable con su médico o enfermera.	Cada 1 a 2 años. Hable con su médico o enfermera.

Pruebas de detección preventivas y vacunas

Pruebas de detección	Entre 19 y 39 años de edad	Entre 40 y 49 años de edad	Entre 50 y 64 años de edad	De 65 años o más
Salud reproductiva: Prueba de Papanicolaou	Al menos cada 3 años si tiene 21 años de edad o más, o si es menor de 21 años de edad y ha sido sexualmente activo por 3 años.	Cada 3 años	Cada 3 años	Hable con su médico o enfermera.
Examen de clamidia	En forma anual hasta los 24 años si es sexualmente activa. A partir de los 25 años, hágase este examen si tiene una nueva pareja o varias parejas.	Realícese este examen si tiene una nueva pareja o varias parejas.	Realícese este examen si tiene una nueva pareja o varias parejas.	Realícese este examen si tiene una nueva pareja o varias parejas.
Examen para detectar infecciones de transmisión sexual (sexually transmitted infection, ITS)	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.
Salud colorrectal: Varios exámenes pueden detectar el cáncer colorrectal.			Hable con su médico o enfermera sobre qué examen es mejor para usted y con qué frecuencia se lo debe hacer.	Hable con su médico o enfermera sobre qué examen es mejor para usted y con qué frecuencia se lo debe hacer.
Salud ocular y de los oídos: Examen ocular completo	Hable con su médico.	Hágase un examen básico a los 40 años; luego, cada 2 a 4 años o según lo recomiende su médico.	Cada 2 a 4 años hasta los 55 años; luego, cada 1 a 3 años hasta los 65 años, o según lo recomiende su médico.	Cada 1 a 2 años
Examen de audición	Cada 10 años	Cada 10 años	Cada 3 años	Cada 3 años
Salud bucal: Examen dental y para cáncer bucal	De rutina; hable con su dentista.	De rutina; hable con su dentista.	De rutina; hable con su dentista.	De rutina; hable con su dentista.

Vacunas	Entre 19 y 39 años de edad	Entre 40 y 49 años de edad	Entre 50 y 64 años de edad	De 65 años o más
Vacuna contra la influenza	Cada temporada de otoño (o invierno)	Cada temporada de otoño (o invierno)	Cada temporada de otoño (o invierno)	Cada temporada de otoño (o invierno)
Vacuna contra la difteria y el tétano (Td) / contra la difteria, el tétano y la tos ferina acelular (Tdap)	Reciba una dosis de refuerzo de la vacuna Td cada 10 años. Pregunte si necesita 1 dosis de Tdap en vez del refuerzo de la vacuna Td para prevenir la tos ferina.	Reciba una dosis de refuerzo de la vacuna Td cada 10 años. Pregunte si necesita 1 dosis de Tdap en vez del refuerzo de la vacuna Td para prevenir la tos ferina.	Reciba una dosis de refuerzo de la vacuna Td cada 10 años. Pregunte si necesita 1 dosis de Tdap en vez del refuerzo de la vacuna Td para prevenir la tos ferina.	Reciba una dosis de refuerzo de la vacuna Td cada 10 años. Pregunte si necesita 1 dosis de Tdap en vez del refuerzo de la vacuna Td para prevenir la tos ferina.
Vacuna contra la varicela	Si nunca ha tenido varicela o ha sido vacunado con 1 dosis solamente, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	Si nunca ha tenido varicela o ha sido vacunado con 1 dosis solamente, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	Si nunca ha tenido varicela o ha sido vacunado con 1 dosis solamente, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	Si nunca ha tenido varicela o ha sido vacunado con 1 dosis solamente, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.

Vacunas	Entre 19 y 39 años de edad	Entre 40 y 49 años de edad	Entre 50 y 64 años de edad	De 65 años o más
Vacuna contra el virus del papiloma humano (human papillomavirus, VPH)	Debe ponerse esta vacuna si tiene 26 años o menos y aún no ha completado la serie de vacunas.			
Vacuna contra el herpes zóster (culebrilla)			A partir de los 60 años, se necesita una sola dosis de esta vacuna.	A partir de los 60 años, se necesita una sola dosis de esta vacuna.
Vacuna triple vírica, contra el sarampión, las paperas y la rubéola	Si no ha recibido por lo menos 1 dosis de la vacuna triple vírica, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	Si no ha recibido por lo menos 1 dosis de la vacuna triple vírica, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	Si nació en 1957 o después y no ha recibido por lo menos 1 dosis de la vacuna triple vírica, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	
Vacuna antineumocócica	Si fuma o tiene un problema de salud crónico, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	Si fuma o tiene un problema de salud crónico, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	Si fuma o tiene un problema de salud crónico, pregúntele a su médico o enfermera si necesita esta vacuna.	Necesita una dosis a los 65 años (o mayor) si nunca se ha vacunado. Podría también necesitar una segunda dosis.
Vacuna antimeningocócica	Necesita esta vacuna si es un joven adulto con planes de vivir en un colegio de educación superior o si tiene ciertas condiciones médicas. Hable con su médico o enfermera.	Sea que necesite esta vacuna si usted tiene ciertas condiciones médicas. Hable con su médico o enfermera.	Sea que necesite esta vacuna si usted tiene ciertas condiciones médicas. Hable con su médico o enfermera.	Sea que necesite esta vacuna si usted tiene ciertas condiciones médicas. Hable con su médico o enfermera.
Vacuna contra la hepatitis A	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.
Vacuna contra la hepatitis B	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.	Hable con su médico o enfermera.

Tenga presente que: Estas tablas solo se ofrecen a modo de guía. Su médico o enfermera decidirán cuál es el mejor momento para realizar cada examen y para aplicarse cada vacuna, según sus necesidades de atención de la salud. Consulte con su plan de seguro para averiguar cuáles exámenes están cubiertos.

Contenido revisado el 9 de febrero de 2011.