



Su bienestar es prioridad

- Revisar el correo electrónico
- Planear unas vacaciones
- Hacerse una prueba de detección de cáncer**

Primero hay que ocuparse de algunas cosas.

Incluso mientras nos centramos en la lucha contra la COVID-19, las colonoscopias, las mamografías, la prueba de detección de cáncer de cuello uterino y otros exámenes de detección siguen siendo fundamentales para detectar el cáncer a tiempo, cuando es más fácil de tratar. **Su bienestar es prioridad.** Es momento de priorizar su salud.

El cáncer no se detiene, póngase al día con los exámenes hoy mismo. **Para obtener más información, visite** <https://connect.bcbstx.com/espanol-wellness-cant-wait>

EXÁMENES ESPECÍFICOS PARA DETECTAR EL CÁNCER

Prueba de detección de cáncer de colon	<p>En adultos de 50 a 75 años, mediante alguna de las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • prueba de sangre oculta en heces con base en guayacol (gFOBT) todos los años; • prueba inmunoquímica fecal (FIT) todos los años; • prueba inmunoquímica fecal (FIT) de ADN cada 1-3 años; • sigmoidoscopia flexible cada 5 años; • sigmoidoscopia flexible cada 10 años con FIT todos los años; • colonoscopia cada 10 años; • colonografía por tomografía computarizada cada 5 años. <p>Los adultos de entre 45 y 49 años deben consultar a su profesional médico sobre los riesgos y los beneficios de los exámenes.*</p>
---	---

Recomendaciones para la mujer

Prueba de detección de cáncer de cuello uterino	<p>Mujeres de 21 a 65 años: Prueba de Papanicolaou cada 3 años. Otra opción para mujeres entre 30 y 65 años: Prueba de Papanicolaou con análisis del VPH cada 5 años. Es posible que las mujeres que han tenido una histerectomía o sean mayores de 65 años no necesiten hacerse la prueba del Papanicolaou.*</p>
Mamografía	<p>Al menos cada 2 años para las mujeres de 50 a 74 años. Los adultos de entre 40 y 49 años deben consultar a su profesional médico sobre los riesgos y los beneficios de los exámenes.</p>

Recomendaciones para el hombre

Prueba de detección de cáncer de próstata	<p>Consulte a su profesional médico sobre los beneficios y los riesgos de los exámenes.*</p>
--	--

EXÁMENES PREVENTIVOS ADICIONALES

Peso	<p>En cada consulta o por lo menos una vez por año</p>
Índice de masa corporal (IMC)	<p>En cada consulta o por lo menos una vez por año</p>
Presión arterial (PA)	<p>En cada consulta o por lo menos una vez por año</p>
Prueba de detección de diabetes	<p>Las personas con presión alta deben hacerse el examen. Las personas con sobrepeso o factores de riesgo cardiovascular deben hacerse el examen. Todas las demás personas deben hacerse el examen a partir de los 45 años.*</p>
Prueba de detección de hepatitis C (VHC)	<p>Los adultos nacidos entre 1945 y 1965 y las personas con alto riesgo de infección deben hacerse la prueba una vez.</p>
Prueba del VIH	<p>Los adultos entre 18 y 65 años, los adultos mayores con más riesgo y todas las mujeres embarazadas deben hacerse el examen.</p>
Consumo de aspirina en dosis bajas	<p>Las personas de entre 50 y 59 años de edad deben hablar con su médico sobre tomar aspirina en dosis bajas para prevenir las enfermedades cardiovasculares y del cáncer colorrectal.</p>

Recomendaciones para la mujer

Colesterol	<p>Las mujeres mayores de 45 se deben hacer el examen. Las mujeres de entre 20 y 45 años de edad deben hacerse el examen si tienen un mayor riesgo de padecer una enfermedad cardíaca. Hable con su profesional médico sobre el inicio y la frecuencia de los exámenes de detección indicados para usted.</p>
Prueba de detección de osteoporosis	<p>Esta prueba debe hacerse a partir de los 65 años, o a los 60 años en las mujeres con factores de riesgo o en las mujeres postmenopáusicas menores de 65 años con mayor riesgo de osteoporosis.*</p>

Recomendaciones para el hombre

Colesterol	<p>Los hombres mayores de 35 años deben hacerse el examen. Los hombres de entre 20 y 35 años deben hacerse el examen si tienen un mayor riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular. Hable con su profesional médico sobre el inicio y la frecuencia de los exámenes de detección indicados para usted.</p>
Aneurisma aórtico abdominal	<p>Hágase un ultrasonido entre los 65 y 75 años si ha fumado alguna vez.</p>

*Las recomendaciones pueden variar. Consulte a su médico sobre las pruebas de detección, en especial si usted tiene un riesgo mayor.

Las recomendaciones que figuran en el cuadro se basan en la información de organizaciones como el Advisory Committee on Immunization Practices (comité asesor sobre prácticas de inmunización), la American Academy of Family Physicians (academia estadounidense de médicos de familia), la Sociedad Americana Contra El Cáncer y el United States Preventive Services Task Force (grupo de trabajo sobre servicios preventivos de los EE. UU.). Las recomendaciones no pretenden ser asesoramiento médico profesional ni sustituir el juicio médico individual de un médico u otro profesional de la salud. Consulte con su médico para recibir un asesoramiento individualizado sobre las recomendaciones que se ofrecen.

La cobertura para servicios preventivos podría variar dependiendo de su póliza específica y si acude donde profesionales de la red. Si tiene alguna pregunta, llame al Servicio al Cliente al número en su tarjeta de asegurado.

Hable con su médico sobre otros factores de riesgo y para decidir los exámenes adecuados para usted.

Blue Cross and Blue Shield of Texas, a Division of Health Care Service Corporation,
a Mutual Legal Reserve Company, an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

755103.1120