

# Exámenes recomendables de detección sistemática para la mujer\*

\*Los riesgos y la cobertura de seguros de cada persona pueden variar. Pregúntele al médico qué es lo más conveniente en su caso.

|                                  |   | 18 a 34 años  | 35 a 49 años  | 50 a 64 años   | 65+  |
|----------------------------------|---|---|---|--|--|
| Exploración física               | Chequeo general   | Cada 1 o cada 2 años  | Cada 1 o cada 2 años y cada año después de los 40 años  | Cada año   | Cada año   |
|                                  | Toma de presión arterial  | Independientemente de la edad, se le tomará la presión arterial durante el chequeo general.   |   |  |  |
|                                  | Control del peso  | Pídale al médico que calcule su índice de masa corporal durante el chequeo general. En inglés el índice se llama BMI.   |   |  |  |
| Exámenes de sangre               | Colesterol  | De cada 1 año a cada 5 años, según los primeros resultados  | De cada 1 año a cada 5 años, según los primeros resultados  | De cada 1 año a cada 5 años, según los primeros resultados   | De cada 1 año a cada 5 años, según los primeros resultados   |
|                                  | Glucosa en sangre para detección de la diabetes                     | Pregunte qué riesgo corre usted   | Pregunte qué riesgo corre usted   | Cada año o cada tres años  | Cada año o cada tres años  |
| Exámenes de detección del cáncer | Examen pélvico  | Puede formar parte del chequeo general cada 1 o cada 2 años. Si lleva una vida sexual activa, debe hacerse pruebas para detección de enfermedades de transmisión sexual | Puede formar parte del chequeo general cada 2 años o cada año. Después de los 40 años puede ser cada año. Si lleva una vida sexual activa, debe hacerse pruebas para detección de enfermedades de transmisión sexual. | Puede formar parte del chequeo general cada año. Si lleva una vida sexual activa, debe hacerse pruebas para detección de enfermedades de transmisión sexual. | Puede formar parte del chequeo general cada año. Si lleva una vida sexual activa, debe hacerse pruebas para detección de enfermedades de transmisión sexual.                         |
|                                  | Citología vaginal (prueba de Pap) para el cáncer del cuello uterino | Cada año o cada 2 años desde los 21 años <b>o</b> en los tres años siguientes al inicio de la actividad sexual  | De cada año o hasta cada 3 años, según el tipo de prueba que se utilice y los factores de riesgo que usted presente   | De cada año o hasta cada 3 años, según el tipo de prueba que se utilice y los factores de riesgo que usted presente  | De cada año o hasta cada 3 años, según el tipo de prueba que se utilice y los factores de riesgo que usted presente. Después de los 70 años, pregúntele a su médico qué alternativas |
|                                  | Cáncer del colon  | Pregunte qué riesgo corre usted   | Pregunte qué riesgo corre usted   | Prueba de sangre oculta en materia fecal cada año <b>o</b> sigmoidoscopia cada 5 años <b>o</b> colonoscopia cada 10 años                                     | Prueba de sangre oculta en materia fecal cada año <b>o</b> sigmoidoscopia cada 5 años <b>o</b> colonoscopia cada 10 años   |
|                                  | Examen de los senos   | Puede formar parte del chequeo general  | Forma parte del chequeo general   | Forma parte del chequeo general  | Forma parte del chequeo general  |
|                                  | Mamografía para el cáncer de los senos                              | Pregunte qué riesgo corre usted   | Pregunte qué riesgo corre usted. Después de los 40 años: cada año.  | Cada año   | Cada año. Después de los 75 años, pregúntele a su médico qué alternativas tiene  |
|                                  | Inspección para el cáncer de la piel                                | A todas las edades: inspección visual de alteraciones en lunares o lesiones   |   |  |  |
| Otras pruebas                    | Densitometría ósea  | Pregunte qué riesgo corre usted   | Pregunte qué riesgo corre usted   | Consulte con el médico cada año acerca del riesgo que corre y de las estrategias pertinentes de prevención   | Hágase la primera prueba a los 65 años, si no se la ha hecho antes. Consulte con el médico cada año acerca del riesgo que corre y de las estrategias pertinentes de prevención       |
|                                  | Prueba para el glaucoma   | Generalmente no es necesaria  | Cada 3 años después de los 40 años si se considera que usted corre un alto riesgo de sufrir glaucoma  | Cada 3 años si se considera que usted corre un alto riesgo de sufrir glaucoma  | Cada tres años   |
|                                  | Prueba de capacidad auditiva  | Generalmente no es necesaria.   | Generalmente no es necesaria.   | Generalmente no es necesaria.  | Pregunte cada año si necesita hacérsela.   |
|                                  | Examen de salud mental  | A todas las edades: pregunte qué riesgo corre de tener depresión, ansiedad y sobre otros aspectos de la salud mental.   |   |  |  |
| Vacunas                          | Vacuna contra la influenza  | Cada año, si el riesgo es alto  | Cada año, si el riesgo es alto  | Cada año   | Cada año   |
|                                  | Vacuna contra el VPH<br>Virus del papiloma humano                   | Para niñas y mujeres entre los 9 y 26 años de edad  | Esta vacuna no se aplica a esta edad  | Esta vacuna no se aplica a esta edad   | Esta vacuna no se aplica a esta edad   |
|                                  | Vacuna contra la neumonía por neumococo                             | Generalmente no es necesaria  | Generalmente no es necesaria, a menos que existan factores de riesgo  | Generalmente no es necesaria, a menos que existan factores de riesgo   | Una aplicación de la vacuna  |
|                                  | Vacuna contra el tétanos  | Una aplicación, con refuerzo cada 10 años   | Refuerzo cada 10 años   | Refuerzo cada 10 años  | Refuerzo cada 10 años  |