

Guía de Servicios Preventivos



Es posible retrasar o prevenir la aparición de la mayoría de las condiciones crónicas, al adoptar buenos hábitos alimentarios, realizar actividad física, mantener un estilo de vida saludable y monitorear su salud de manera rutinaria. La detección temprana de las enfermedades determinará el tratamiento a seguir y su efectividad para evitar complicaciones.

	Prueba Preventiva	Frecuencia	Grupo y Edad
	Cáncer de Seno Prueba de detección de cáncer de seno	Cada 2 años	Mujeres de 50 a 74 años
	Cáncer Cervical Prueba de detección de cáncer de cuello uterino	Cada 3 años	Personas de 21 a 64 años, prueba de detección de cáncer de cuello uterino y de la citología cervical.
		Cada 5 años	Personas de 30 a 64 años, prueba de detección de cáncer de cuello uterino y prueba de Virus del Papiloma Humano (VPH).
	Diabetes Hemoglobina Glicosilada	Anual Mínimamente	Personas con 18 a 75 años.
	Hipertensión	Periódicamente	Personas con 18 a 85 años.
	Colesterol Panel de Lípidos	Anual	A partir de los 20 años para personas con alto riesgo.
		Cada 5 años	Si los resultados fueron normales.
	Índice de Masa Corporal, IMC	Anual	Personas con predisposición a desarrollar enfermedades cardiovasculares, diabetes y obesidad pueden realizarla en cualquier momento.
	Cáncer Colorrectal gFOBT y FIT (prueba inmunoquímica fecal) Colonoscopia	Anual	Personas de 50 a 75 años, prueba de gFOBT y prueba FIT.
		Cada 3 años	Personas de 50 a 75 años, prueba ADN en heces multidireccionales con la prueba FIT (sDNA FIT).

	Cáncer Colorrectal gFOBT y FIT (prueba inmunoquímica fecal) Colonoscopia (cont.)	Cada 5 años	Personas de 50 a 75 años, colonografía por TC y sigmoidoscopia flexible.
		Cada 10 años	Personas de 50 a 75 años, colonoscopia o sigmoidoscopia flexible.
	Vacunación	Anual	Toda persona debe verificar con su médico qué vacunas le corresponden anualmente. En menores de edad, los pediatras le notificarán el calendario de vacunación a los encargados. En personas adultas, son necesarias vacunas, por ejemplo: Influenza y COVID-19.

Consulte con su médico cuáles son las pruebas preventivas necesarias, de acuerdo con su edad, género, historial familiar e historial de salud y dialogue sobre los resultados de las pruebas realizadas.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

APS Healthcare

787-641-9133

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.
Revisado en febrero 2025.

©First Medical Health Plan Inc.

Referencias:

<https://www.cdc.gov/breast-cancer/es/screening/index.html>

<https://medlineplus.gov/spanish/highbloodpressure.html>

<https://medlineplus.gov/spanish/pruebas-de-laboratorio/prueba-de-papanicolaou/#:~:text=La%20prueba%20de%20Papanicolaou%20busca,pueden%20transmitirse%20por%20v%C3%ADa%20sexual.>

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/diabetes/diagnosis-treatment/drc-20371451#:~:text=Si%20tienes%20un%20riesgo%20alto%2C%20el%20proveedor%20de%20atenci%C3%B3n%20m%C3%A9dica,momento%20durante%20el%20segundo%20trimestre.>

<https://www.mayoclinic.org/es/tests-procedures/cholesterol-test/about/pac-20384601>

<https://medlineplus.gov/spanish/colorectalcancer.html>

<https://www.salud.pr.gov/CMS/107>

<https://www.cdc.gov/bmi/es/about/index.html>

HEDIS MY 2024, Volume 2

<https://www.ncqa.org/hedis/measures/>