

Lista de verificación de atención anual

Pautas relacionadas con pruebas de atención preventiva y servicios de asesoramiento para mujeres

Reciba la atención que necesita, cuando la necesita. Lleve esta lista de verificación a su próxima cita.



Una visita de salud preventiva puede ayudarle a conocer qué tan saludable se encuentra ahora y a detectar problemas de salud antes de que se agraven. Usted y su proveedor podrán trabajar juntos para elegir la atención que puede ser adecuada para usted. Los servicios de atención preventiva recomendados pueden incluir los siguientes¹:

Exámenes de bienestar anuales	Fecha
☐ Prueba de presión arterial	
☐ Prueba de detección y breve asesoramiento sobre el consumo de alcohol (según sea necesario)	
☐ Altura, peso e índice de masa corporal (IMC)	
Una vez al año	
☐ Vacuna contra la gripe	
Según lo recomendado por su proveedor	
☐ Examen dental	
☐ Examen de la audición	
☐ Examen de la vista	
☐ Pruebas de detección de colesterol	
☐ Prueba de detección de osteoporosis	
☐ Prueba de detección de cáncer de cuello uterino (Papanicolaou)	

Según sea necesario	Fecha
☐ Prueba de detección de cáncer de colon para mujeres de 50 años o mayores (pregunte a su proveedor sobre los métodos de detección y los intervalos para la detección; es posible que se recomiende una prueba de detección más temprana en función de la evaluación de riesgos) ²	
☐ Prueba de detección de diabetes para mujeres entre los 40 y 70 años con sobrepeso u obesidad	
☐ Inmunizaciones (hable con su proveedor sobre las vacunas que debe recibir)	
☐ Mamografía (anualmente a partir de los 40 años; a partir de los 55 años puede hacerse cada dos años) ²	
Para mujeres que hayan fumado alguna vez	
☐ Visite a su proveedor para obtener asesoramiento y medicamentos que le ayuden a dejar de fumar	

Temas para analizar con su proveedor:

Cómo obtener la atención necesaria

- Inquietudes sobre cómo obtener atención, realizarse pruebas o tratamientos que necesite
- Programación de citas con anticipación para obtener atención de rutina
- Dónde y cómo obtener atención de urgencia cuando la necesita de inmediato
- Coordinación de la atención que obtiene de otros médicos o especialistas
- Dificultades para programar citas con un especialista, de ser necesario

Medicamentos con receta

- Preguntas sobre los medicamentos con receta que toma
- Problemas para obtener los medicamentos que le receta su proveedor

Atención importante

- Sugerencias sobre cómo mejorar la actividad física
- Alternativas para ayudarlo cuando se siente triste o deprimido

Pruebas y tratamientos

- Cuándo recibirá los resultados de análisis de laboratorio, radiografías y otras pruebas

Desde programar su próxima cita para realizarse un chequeo hasta buscar un proveedor, usted puede contar con nosotros para que le ayudemos a obtener atención y tratamiento lo antes posible. Si tiene preguntas, llame a Servicios a los Miembros al número gratuito **1-800-962-8074**, TTY **711**, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 6 p.m.

¹Esta es una lista de pruebas de detección sugeridas. La cobertura de estas pruebas de detección (incluida la frecuencia con la que se cubren) puede variar según el plan. Si tiene alguna pregunta sobre sus beneficios específicos o los detalles de la cobertura, llame a Servicios para Miembros.

²[cdc.gov](https://www.cdc.gov)

La cobertura del plan de salud es proporcionada por Health Plan of Nevada.