

Pautas sobre Exámenes de Detección Preventivos de Health Net

PAUTAS PARA NIÑOS Y ADULTOS





Esta guía sirve para recordarle programar las visitas de atención preventiva con su médico de familia. Siempre busque y siga la atención y los consejos de su médico. Las pautas se actualizan y modifican con frecuencia.

Esta información no constituye asesoramiento médico y no describe la cobertura. Consulte el texto de los beneficios de su plan para saber cuál es la cobertura y cuáles son las limitaciones y las exclusiones.

Le ayudamos a mantenerse saludable

Para más información de las pautas, visite **www.healthnet.com** (si es afiliado de un plan grupal) o **www.myhealthnetca.com** (si es afiliado de un plan individual y familiar), o también puede llamar al número que aparece al dorso de su tarjeta de identificación de Health Net.



Vacunas recomendadas

Calendario para personas de 0 a 6 años^{1, 2}

Vacuna	En el nacimiento	Edad (en meses)									Edad (en años)				
		1	2	4	6	9	12	15	18	De 19 a 23	De 2 a 3	4	5	6	
Virus sincial respiratorio (VSR)	<ul style="list-style-type: none"> Una dosis (desde el nacimiento hasta los 7 meses), dependiendo del estado de vacunación materna contra el VSR Una dosis (entre los 8 y 19 meses) si el menor es de alto riesgo o según recomendación médica 														
Hepatitis B (HepB)	✓	✓	Póngase al día con las vacunas si es necesario		✓				Póngase al día con las vacunas si es necesario						
Rotavirus (RV)	<ul style="list-style-type: none"> Serie de dos dosis a los 2 y 4 meses (Rotarix[®]) Serie de tres dosis a los 2, 4 y 6 meses (RotaTeq[®]) 														
Difteria, tétanos y tosferina (DTaP)	✓		✓	✓	✓	Póngase al día con las vacunas si es necesario		✓	Póngase al día con las vacunas si es necesario		✓				
Haemophilus influenzae tipo b (Hib)	✓		✓	✓	✓	Póngase al día con las vacunas si es necesario		✓	Póngase al día con las vacunas si es necesario		Grupos de alto riesgo				
Enfermedad neumocócica	✓		✓	✓	✓	Póngase al día con las vacunas si es necesario		✓	Póngase al día con las vacunas si es necesario		Grupos de alto riesgo				
Antipoliomielítica inactivada (IPV)	✓		✓	✓				Póngase al día con las vacunas si es necesario		✓					
Influenza (gripe)					Dos vacunas contra la gripe antes de los 2 años					Anual (una o dos dosis), según lo indique su médico					
COVID-19	Cualquier persona a partir de los 6 meses de edad y según lo indique su médico														
Sarampión, paperas y rubéola (MMR)					Consulte con su médico si va a viajar al extranjero			✓	Póngase al día con las vacunas si es necesario		✓				
Varicela (VAR)								✓			✓				
Hepatitis A (HepA)					Consulte con su médico si va a viajar al extranjero			Dos dosis		Póngase al día con las vacunas si es necesario					
Antimeningocócica	Grupos de alto riesgo														

Póngase al día si es necesario: Si le falta alguna vacuna, puede consultar con su médico sobre cuándo o cómo recibirla.

Grupos de alto riesgo: Si usted o su hijo tienen alguna enfermedad, consulte primero a su médico antes de vacunarse. El médico le aconsejará y orientará sobre lo que es mejor.

Influenza (gripe): La primera serie de la vacuna contra la gripe requiere dos dosis.

Sarampión, paperas y rubéola (MMR): Lactantes de 6 a 11 meses: 1 dosis antes del viaje; volver a vacunar con la serie de 2 dosis a los 12-15 meses (12 meses para niños en áreas de alto riesgo) y la segunda dosis 4 semanas después.



Vacunas recomendadas

Calendario para personas de 7 a 18 años^{1, 2}

Vacuna	Edad (en años)		
	De 7 a 10	De 11 a 12	De 13 a 18
Tétanos, difteria y tosferina (Tdap)	Póngase al día con las vacunas si es necesario	Una dosis	Póngase al día si es necesario. Si hay una herida o lesión, consulte con su médico
Virus del papiloma humano (VPH)	Se pueden administrar dos dosis a partir de los 9 años, se recomienda entre los 11 y los 12 años		Póngase al día con las vacunas si es necesario
Influenza (gripe)	Anual (una o dos dosis), según lo indique su médico	Una vez al año (una dosis) a partir de los 9 años	
COVID-19	Cualquier persona a partir de los 7 años de edad y según lo indique su médico		
Enfermedad neumocócica	Grupos de alto riesgo		
Hepatitis A (HepA)	Póngase al día con las vacunas si es necesario		
Hepatitis B (HepB)	Póngase al día con las vacunas si es necesario		
Antipoliomielítica inactivada (IPV)	Póngase al día con las vacunas si es necesario		
Sarampión, paperas y rubéola (MMR)	Póngase al día con las vacunas si es necesario		
Varicela (VAR)	Póngase al día con las vacunas si es necesario		
Haemophilus influenzae tipo b (Hib)	Grupos de alto riesgo		
Vacuna contra el meningococo ACWY	Grupos de alto riesgo	Una dosis	Se necesita un refuerzo a los 16 años. Póngase al día si es necesario
Antimeningocócica tipo B	Según lo indique su médico		



Evaluaciones de detección recomendadas (pruebas)

Calendario para personas de 0 a 18 años^{1, 2, 3}

Evaluación	Edad (en meses)						Edad (en años)		
	Del nacimiento a los 6	9	12	15	18	De 19 a 36	De 3 a 10	De 11 a 12	De 13 a 18
Examen de salud de rutina	En el nacimiento, de los 3 a 5 días de vida, y al cumplir 1, 2, 4 y 6 meses	Cada 3 meses			Cada 6 meses	Todos los años			
Examen de detección de ansiedad							Niños y adolescentes de 8 a 18 años: Se sugiere realizar examen de detección de ansiedad		
Examen de detección de depresión							✓		
Prueba de detección de plomo	Prueba a los 12 y 24 meses, o según lo indique su médico								
Consulta dental	Visite al dentista cada 6 a 12 meses. La primera visita debe ser cuando salga el primer diente, antes del primer año o según lo indique su dentista								

Póngase al día si es necesario: Si le falta alguna vacuna, puede consultar con su médico sobre cuándo o cómo recibirla.

Grupos de alto riesgo: Si usted o su hijo tienen alguna enfermedad, consulte primero a su médico antes de vacunarse. El médico le aconsejará y orientará sobre lo que es mejor.

Influenza (gripe): La primera serie de la vacuna contra la gripe requiere dos dosis.

Examen de detección de depresión: Adolescentes de 12 a 18 años: Se sugiere realizar examen de detección para trastorno depresivo grave (TDM).



Evaluaciones de detección recomendadas (pruebas)

Calendario para personas de 0 a 18 años^{1, 2, 3}

Evaluación	Edad (en meses)						Edad (en años)		
	Del nacimiento a los 6	9	12	15	18	De 19 a 36	De 3 a 10	De 11 a 12	De 13 a 18
Barniz dental de fluoruro	Cada 6 meses, desde los 12 meses hasta los 18 años Según lo indique su médico o dentista								
Análisis de sangre	Una vez antes de los 2 meses	Lleve al bebé al médico a los 4 y 12 meses, y a chequeos regulares si el médico lo indica o hay algún riesgo							
VIH									Desde los 15 años
Índice de masa corporal (IMC)							A partir de los 2 años, control del IMC durante el examen de salud de rutina		



Vacunas recomendadas

Calendario para adultos^{1, 2}

Vacuna	Edad (en años)				
	De 19 a 26	De 27 a 49	De 50 a 59	De 60 a 64	A partir de los 65
COVID-19	Cualquier persona a partir de los 19 años de edad y según lo indique su médico				
Tétanos, difteria y tosferina (Td o Tdap)	<ul style="list-style-type: none"> Una dosis de Tdap, luego refuerzo con Td o Tdap cada 10 años Una dosis de Tdap en cada embarazo, una dosis de Td/Tdap para atención de heridas Si hay una herida o lesión, según lo indique su médico 				
Virus del papiloma humano (VPH)	Dos o tres dosis según la edad en la primera vacunación o la condición	Si está en un grupo de alto riesgo o según lo indique su médico			
Varicela (VAR)	Dos dosis (si nació en 1980 o después)		Dos dosis si está en un grupo de alto riesgo o según lo indique su médico		
Recombinante contra el herpes zóster (RZV)	Si está en un grupo de alto riesgo o según lo indique su médico		Dos dosis de RZV a partir de los 50 años		
Sarampión, paperas y rubéola (MMR)					Una o dos dosis, o según lo indique su médico (si nació en 1957 o después)
Influenza (gripe)	Todos los años				

(continúa)

Póngase al día si es necesario: Si le falta alguna vacuna, puede consultar con su médico sobre cuándo o cómo recibirla.

Grupos de alto riesgo: Si usted o su hijo tienen alguna enfermedad, consulte primero a su médico antes de vacunarse. El médico le aconsejará y orientará sobre lo que es mejor.

Influenza (gripe): La primera serie de la vacuna contra la gripe requiere dos dosis.

Virus de la inmunodeficiencia humana (VIH): Le USPSTF recomienda que los médicos realicen un examen de detección de infección por VIH en personas de 15 a 65 años. Los adolescentes más jóvenes que tienen un mayor riesgo de infección también deben ser examinados.



Vacunas recomendadas

Calendario para adultos^{1, 2}

Vacuna	Edad (en años)				
	De 19 a 26	De 27 a 49	De 50 a 59	De 60 a 64	A partir de los 65
Vacuna contra el neumococo (PCV 15, PCV 20, PCV 21 o PPSV 23)	Si está en un grupo de alto riesgo o según lo indique su médico		Una dosis a partir de los 50 años		
Hepatitis A (HepA)	Si no está completamente vacunado o si es de alto riesgo: dos, tres o cuatro dosis según la vacuna o según lo indique su médico				
Hepatitis B (HepB)	Dos, tres o cuatro dosis según la vacuna o según lo indique su médico			Dependiendo de su enfermedad, si está en un grupo de alto riesgo, o según lo indique su médico	
<i>Haemophilus influenzae</i> tipo b (Hib)	Una o tres dosis según la vacuna, si es de alto riesgo, o según lo indique su médico				
Antimeningocócica tipo A, C, W, Y	Una o dos dosis según la vacuna, o según lo indique su médico				
Antimeningocócica tipo B	Dos o tres dosis según la vacuna, si es de alto riesgo, o según lo indique su médico				
Viruela símica	Dos dosis si está en un grupo de alto riesgo o según lo indique su médico				
Poliovirus inactivado	Complete la serie de tres dosis si no está completamente vacunado				
Virus sincicial respiratorio (VSR)	Si está embarazada, hable con su médico			1. De 60 a 74 años, no vacunado, con alto riesgo, o según lo indique su médico 2. Más de 75 años si no está vacunado	



Exámenes de detección recomendados (pruebas)

Calendario para adultos^{1, 2, 4}

Evaluación	Edad (en años)		
	De 19 a 39	De 40 a 64	A partir de los 65
Examen de salud de rutina	Todos los años		
Control de la presión arterial para detectar hipertensión	Cada 1 a 2 años		
Examen de detección de ansiedad	Adultos de 64 años o menos, incluidas personas embarazadas o en posparto: El USPSTF sugiere realizar exámenes de detección de trastornos de ansiedad.		
Examen de detección de depresión	Adultos, incluidas personas embarazadas o en posparto, y adultos mayores (65 años o más): El USPSTF sugiere realizar exámenes de detección de depresión		
Examen de detección de consumo no saludable de drogas	Adultos de 18 años o más: El USPSTF sugiere realizar exámenes de detección haciendo preguntas sobre el consumo no saludable de drogas		
Examen de detección de cáncer de pulmón		Examen de detección anual en adultos de 50 a 80 años que tengan un historial de 20 paquetes por año de tabaquismo, que fumen actualmente o que hayan dejado de fumar en los últimos 15 años	
IMC para detectar obesidad	Control durante los exámenes de salud de rutina		
Examen de colesterol para detectar los niveles de grasa en sangre	Guía general para edades de 20 a 65 años: <ul style="list-style-type: none"> • Adultos más jóvenes: cada 5 años • Hombres de 45 a 65 años: cada 1 a 2 años • Mujeres de 55 a 65 años: cada 1 a 2 años • Según lo indique su médico 		Todos los años



Exámenes de detección recomendados (pruebas)

Calendario para adultos^{1, 2, 4}

Servicio	Edad (en años)		
	De 19 a 39	De 40 a 64	A partir de los 65
Examen de detección de cáncer colorrectal		<ul style="list-style-type: none"> Para edades de 40 a 44 años, según lo indique su médico A partir de los 45 años, hable con su médico sobre la frecuencia y el tipo de examen que debería realizarse 	
Atención dental	Cada 6 meses o según lo indique su dentista		
Examen de glucosa para detectar los niveles de azúcar en sangre	Control si está en un grupo de alto riesgo	Cada 3 años o según lo sugiera su médico	
VIH	<ul style="list-style-type: none"> Hágase un examen de detección y repítalo si es de alto riesgo o según lo indique su médico Si está embarazada, hágase un examen de detección para la infección por VIH 		
Hepatitis B	Se realizan pruebas de detección si está en un grupo de alto riesgo o según lo indique su médico		
Hepatitis C	Prueba de detección para personas de entre 18 y 79 años, o según lo indique su médico		
Exámenes de detección adicionales para mujeres			
Examen pélvico con examen de Papanicolaou para detectar cáncer de cuello uterino	Para personas sexualmente activas no embarazadas: <ul style="list-style-type: none"> De 21 a 29 años: examen de detección cada 3 años con prueba de Papanicolaou (PAP). De 30 a 65 años: examen de detección cada 3 años con PAP o cada 5 años con prueba de VPH o PAP/VPH, o según lo indique su médico 		Según lo indique su médico
Mamografía para detectar cáncer de seno	Las personas con un riesgo superior al promedio deben consultar con su médico sobre cuándo comenzar el examen de detección	Las guías del USPSTF para la detección del cáncer de seno recomiendan lo siguiente: <ol style="list-style-type: none"> Comenzar la detección del cáncer de seno a los 40 años Realizar mamografías de detección cada dos años desde los 40 hasta los 74 años 	
Examen de senos realizado por un médico	Cada 1 a 3 años	Todos los años	
Autoexamen o reconocimiento de senos para detectar cambios	Todos los meses		
Examen de detección de clamidia o gonorrea, enfermedades de transmisión sexual	<ul style="list-style-type: none"> Si es sexualmente activo, comience el examen de detección a los 24 años o antes. Esto incluye a las mujeres embarazadas Si tiene actividad sexual, realícese un examen de detección a partir de los 25 años si tiene riesgo de infección. Esto incluye a mujeres embarazadas 		
Prueba de densidad ósea para prevenir fracturas	Examen de detección para mujeres menores de 65 años que han pasado por la menopausia y tienen un mayor riesgo de fractura ósea, según lo estimado por la evaluación clínica de riesgo		✓
Violencia de pareja íntima	Personas en edad reproductiva: El USPSTF sugiere realizar exámenes de detección de violencia de pareja íntima en mujeres en edad reproductiva y brindarles o derivarlas a servicios de apoyo continuo si el resultado es positivo		
Exámenes de detección adicionales para hombres			
Ecografía abdominal para detectar aneurisma aórtico abdominal (inflamación de vasos sanguíneos grandes en el área del estómago)			Una vez para hombres de entre 65 y 75 años que hayan fumado alguna vez o que tengan factores de riesgo

¹ Estas pautas pueden cambiar. Hable con su médico.

² El médico debe seguir las series adecuadas y las pautas actuales de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, el Grupo Especial de Servicios Preventivos de los EE. UU., el Departamento de Salud Pública de California (cdph.ca.gov) y la Academia Americana de Pediatría.

³ En los chequeos médicos de rutina para niños y adolescentes se pueden registrar la estatura, el peso y la presión arterial, además de ofrecer orientación y educación sobre la salud. Los exámenes también pueden incluir el IMC, así como pruebas de visión y audición. Entre otros aspectos, la educación y la orientación pueden incluir:

- Anticoncepción/planificación familiar
- Defecto cardíaco congénito crítico, salud del corazón
- Salud dental
- Examen del desarrollo/conducta
- Prevención de lesiones/violencia
- Salud mental, p. ej., depresión/trastornos alimentarios
- Dieta/ejercicio
- Infecciones de transmisión sexual (ITS) y detección de VIH
- Abuso de sustancias, p. ej., prevención del consumo de alcohol y drogas
- Para dejar de fumar
- Detección de tuberculosis
- Control del peso

⁴ Los exámenes de salud de rutina, la orientación y la educación para adultos deben incluir la medición del peso, la altura, la presión arterial y el índice de masa corporal del paciente; exámenes de la vista y la audición; exámenes de detección de depresión; y pruebas para detectar el consumo de drogas o alcohol. Las recomendaciones varían según el historial médico y los factores de riesgo. La educación y la orientación pueden incluir:

- Examen de detección de cáncer, p. ej., detección de cáncer de pulmón y evaluación de riesgo BRCA
- Anticoncepción/antes del embarazo
- Salud dental
- Prevención/suspensión de drogas
- Planificación familiar
- Salud del corazón, evaluación con electrocardiograma (ECG)
- Prevención de lesiones/violencia
- Planificación de maternidad
- Menopausia
- Salud mental, p. ej., depresión/trastornos alimentarios
- Dieta/ejercicio
- Prácticas sexuales, infecciones de transmisión sexual (ITS) y detección de VIH
- Abuso de sustancias, p. ej., prevención del consumo de alcohol y drogas
- Para dejar de fumar
- Detección de tuberculosis
- Control del peso

Esta información no debe reemplazar la atención médica. Siga siempre las instrucciones de su proveedor de atención de salud. Los programas y los servicios están sujetos a cambios.

Health Net of California, Inc. (Health Net) es una subsidiaria de Health Net, LLC y Centene Corporation. Health Net es una marca de servicio registrada de Health Net, LLC. Todas las demás marcas comerciales/marcas de servicio identificadas continúan siendo propiedad de sus respectivas compañías. Todos los derechos reservados.