

# Guía de bolsillo de la mujer

TIPO DE REVISIÓN	DE 18 A 39 AÑOS	DE 40 A 49 AÑOS	DE 50 A 64 AÑOS	A PARTIR DE LOS 65 AÑOS
<b>Salud General:</b> revisión completa, incluyendo comprobación de peso y altura	Consulte a su médico	Consulte a su médico	Consulte a su médico	Consulte a su médico
Prueba de tiroides (TSH)	Cada 5 años a partir de los 30 años	Cada 5 años	Cada 5 años	Cada 5 años
<b>Salud del corazón:</b> medir la presión arterial	Por lo menos cada 2 años	Por lo menos cada 2 años	Por lo menos cada 2 años	Cada año
Medir el colesterol	Consulte a su médico a partir de los 0 años	Consulte a su médico	Consulte a su médico	Consulte a su médico
<b>Salud Ósea:</b> medir la densidad mineral ósea		Consulte a su médico	Consulte a su médico	Hagase una prueba de la densidad mineral ósea y consulte con su médico para futuras pruebas
<b>Diabetes:</b> medir la concentración de azúcar en la sangre	Consulte a su médico	Cada 3 años a partir de los 45 años	Cada 3 años	Cada 3 años

TIPO DE REVISIÓN	DE 18 A 39 AÑOS	DE 40 A 49 AÑOS	DE 50 A 64 AÑOS	A PARTIR DE LOS 65 AÑOS
<b>Salud del seno:</b> Mamografía (radiografía del seno)		Cada 1-2 años (consulte a su médico)	Cada 1-2 años (consulte a su médico)	Cada 1-2 años (consulte a su médico)
<b>Salud reproductiva:</b> Prueba de papanicolaou o prueba de Pap y exámen ginecológico	Cada 1 a 3 años si ha sido sexualmente activa o es mayor de 21 años	Cada año	Cada año	Consulte a su médico
Análisis para detectar la Clamidia	Si es sexualmente activa, anualmente hasta los 25 años,	Si usted tiene alto riesgo de contraer la clamidia o cualquier otra enfermedad de transmisión sexual (ETS) podría necesitar este exámen	Si usted tiene alto riesgo de contraer la clamidia o cualquier otra enfermedad de transmisión sexual (ETS) podría necesitar este exámen	Si usted tiene alto riesgo de contraer la clamidia o cualquier otra enfermedad de transmisión sexual (ETS) podría necesitar este exámen
Exámenes de detección de enfermedades de transmisión sexual (ETS)	Usted y su pareja deben ser examinados en busca de enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluyendo el exámen de VIH	Usted y su pareja deben ser examinados en busca de enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluyendo el exámen de VIH	Usted y su pareja deben ser examinados en busca de enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluyendo el exámen de VIH	Usted y su pareja deben ser examinados en busca de enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluyendo el exámen de VIH
<b>Salud colorectal:</b> exámen para detectar sangre oculta en la materia fecal			Anual	Anual

TIPO DE REVISIÓN	DE 18 A 39 AÑOS	DE 40 A 49 AÑOS	DE 50 A 64 AÑOS	A PARTIR DE LOS 65 AÑOS
Sigmoidoscopia flexible (preferiblemente con el examen de sangre oculta en la materia fecal)			Cada 5 años (cuando no se realice colonoscopias o sigmoidoscopias)	Cada 5 años (cuando no se realice colonoscopias o sigmoidoscopias)
Enema de bario con doble contraste (DCBE)			Cada 5 años (cuando no se realice colonoscopias o sigmoidoscopias)	Cada 5 años (cuando no se realice colonoscopias o sigmoidoscopias)
Colonoscopia			Cada 10 años	Cada 10 años
Examen rectal	Consulte a su médico	Consulte a su médico	Cada 5-10 años	Cada 5-10 años
Exámen de los ojos (oftalmología)	Hagase el examen inicial si esta teniendo problemas o cambios en su visión	Cada 2-4 años	Cada 2-4 años	Cada 1-2 años
Exámen de oídos	Cada 10 años a partir de los 18 años	Cada 10 años	Consulte a su médico	Consulte a su médico
<b>Salud de la piel:</b> Examen de lunares	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoexámen: mensual</li> <li>• Por un médico: cada 3 años a partir de los 20 años</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoexámen: mensual</li> <li>• Por un médico: una vez al año</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoexámen: mensual</li> <li>• Por un médico: una vez al año</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoexámen: mensual</li> <li>• Por un médico: una vez al año</li> </ul>
<b>Salud bucal:</b> consulta odontológica	1-2 veces al año	1-2 veces al año	1-2 veces al año	1-2 veces al año

<b>TIPO DE REVISIÓN</b>	<b>DE 18 A 39 AÑOS</b>	<b>DE 40 A 49 AÑOS</b>	<b>DE 50 A 64 AÑOS</b>	<b>A PARTIR DE LOS 65 AÑOS</b>
Revisión de salud mental	Consulte a su médico	Consulte a su médico	Consulte a su médico	Consulte a su médico
Vacunas contra la gripe	Consulte a su médico	Consulte a su médico	Anualmente	Anualmente
Vacuna contra el neumococo				Sólo una vez