

Exámenes de Salud para Todas las Edades



La evaluación de la salud es vital en todas las edades.



Según las partes del cuerpo y los antecedentes familiares, las personas también podrían considerar hablar con sus proveedores sobre qué exámenes de salud podrían ser adecuados para ellos. La mayoría son una manera simple y fácil de identificar las necesidades de salud antes de que se vuelvan más avanzadas. Las pruebas de detección son una excelente manera de mantenerse en sintonía con su salud a lo largo de su vida.

Aquí hay algunas recomendaciones que puede discutir con sus proveedores de atención médica para personalizar un horario que se ajuste a sus necesidades individuales.

En sus 20 y 30 años

Vacunas para todos:

- Vacuna contra la influenza anualmente
- Vacuna contra el VPH hasta los 26 años
- Vacuna o refuerzo COVID-19

Exámenes de salud para todos:

- Examen de la vista cada 1-2 años
- Examen de la piel cada año
- Examen de presión arterial cada 2 años
- Prueba de audición cada 10 años

Exámenes Individuales para Usted y Su Cuerpo:

- Examen pélvico
- Examen testicular
- Prueba de papanicolaou
- Mamografía
- Prueba de la hormona estimulante de la tiroides

En sus 40 años

Vacunas para todos:

- Vacuna contra la influenza anualmente
- Vacuna o refuerzo COVID-19

Exámenes de salud para todos:

- Examen de la vista cada 1-2 años
- Examen de la piel cada año
- Examen de presión arterial cada 2 años
- Prueba de audición cada 10 años

Exámenes Individuales para Usted y Su Cuerpo:

- Examen pélvico anual, busca signos de cáncer
- Prueba de papanicolaou cada 3 años, prueba el riesgo de cáncer de cuello uterino
- Mamografía anual, pruebas para detectar signos de cáncer de mama
- Examen de detección de ovario cada 3 años después de la menopausia, pruebas para detectar signos de cáncer de ovario
- Examen de próstata si hay alto riesgo de cáncer de próstata

Exámenes de Salud para Todas las Edades

En sus 50 años

Vacunas para todos:

- Vacuna contra la influenza anualmente
- Vacuna contra la culebrilla (Shingles)
- Vacuna o refuerzo COVID-19

Exámenes de salud para todos:

- Examen de la vista cada 1-2 años
- Examen de la piel cada año
- Examen de presión arterial cada 2 años
- Detección de colesterol
- Colonoscopia
- Prueba de glucosa en sangre cada 3 años, pruebas para diabetes
- Prueba de audición cada 10 años

Exámenes Individuales para Usted y Su Cuerpo:

- Examen pélvico
- Examen testicular
- Prueba de papanicolaou
- Examen testicular cada 3 años, pruebas para detectar signos de cáncer testicular
- Examen de próstata cada 3 años, pruebas para el cáncer de próstata
- Mamografía
- Prueba de densidad ósea



Thresholds Health Literacy Center
Project Funded by NIDILRR/ACL, #90DPHF0001

En sus 60 años y más allá

Vacunas para todos:

- Vacuna contra la influenza anualmente
- Vacuna contra la culebrilla (Shingles) si aún no lo ha hecho
- Vacuna o refuerzo COVID-19
- Vacuna contra la neumonía o refuerzo

Exámenes de salud para todos:

- Examen de la vista cada 1-2 años
- Examen de la piel cada año
- Examen de presión arterial cada 2 años
- Prueba de audición cada 10 años
- Prueba de glucosa en sangre cada 3 años, pruebas para diabetes
- Detección de colesterol cada año
- Colonoscopia cada 5 años
- Exámenes coronarios anuales, pruebas para enfermedades del corazón

Exámenes Individuales para Usted y Su Cuerpo:

- Examen pélvico
- Examen testicular
- Prueba de papanicolaou
- Mamografía
- Examen testicular cada 3 años, para detectar signos de cáncer testicular
- Examen de próstata cada 3 años, para detectar el cáncer de próstata
- Detección de osteoporosis
- Examen de detección de aneurisma aórtico abdominal, recomendado si alguna vez ha fumado

Un calendario puede ayudarle a realizar un seguimiento de sus necesidades de exámenes de salud. Pregunte a sus proveedores cuál es el próximo examen de salud adecuado para usted.