

¿Qué pruebas médicas necesita **USTED**

para detectar cáncer, diabetes, enfermedades cardíacas y derrames cerebrales?

Compruebe si es necesario	Pruebas recomendadas	Cuándo comenzar a hacerse las pruebas y con qué frecuencia
<input type="checkbox"/>	Índice de masa corporal	Se calcula a partir del peso y la estatura en cada visita médica de rutina.
<input type="checkbox"/>	Presión arterial	Cada visita médica de rutina (cada dos años como mínimo si su PA es menor que 120/80 mg Hg).
<input type="checkbox"/>	Prueba de colesterol (Perfil de lípidos en la sangre)	Cada cinco años a partir de los 20 años de edad (o con más frecuencia de acuerdo con las recomendaciones de un profesional de salud).
<input type="checkbox"/>	Glucosa (Azúcar) en la sangre	Hágase la prueba cada tres años a partir de los 45 años de edad. Si es menor de 45 años, pregunte a su profesional de salud si tiene un riesgo alto de diabetes.
<input type="checkbox"/>	Pruebas de detección de cáncer de colon	Comience a hacerse pruebas a los 50 años de edad. Si es menor, pregunte si tiene un riesgo de cáncer de colon mayor que el medio.
<input type="checkbox"/>	Examen de los senos (realizado por un médico o enfermera)	Cada tres años para las mujeres a partir de los 20 años de edad. Cada año a partir de los 40 años. Todas las mujeres deben preguntar a un profesional de salud cuál es su riesgo de padecer cáncer del seno.
<input type="checkbox"/>	Mamograma	Las mujeres deben hacerse un mamograma cada año a partir de los 40 años. A partir de los 30 años todas las mujeres deben enterarse si tienen un riesgo de cáncer del seno mayor que el medio.
<input type="checkbox"/>	Prueba de Papanicolaou (Prueba de cáncer de cuello uterino)	Cada uno o dos años para las mujeres a partir de los 20 años de edad. Cada uno a tres años a partir de los 30 años. La frecuencia depende del tipo de prueba y de los resultados pasados. Si tiene 70 años de edad o más, o después de una histerectomía total, pregunte si necesita hacerse pruebas.
<input type="checkbox"/>	Pruebas de cáncer de próstata	A partir de los 45 años los hombres afroamericanos y los hombres con familiares cercanos que padezcan cáncer de la próstata deben hablar con un profesional médico sobre los beneficios potenciales y las limitaciones de las pruebas, para decidir si éstas son adecuadas para ellos.
<input type="checkbox"/>	Otras	Hable con un profesional de salud sobre otras pruebas y servicios preventivos que puedan recomendar.

Éstas son guías generales para adultos de riesgo medio. Hable con un profesional de salud para determinar si corre un riesgo mayor que el medio.



Nuestras tres organizaciones están colaborando a fin de ayudarle a que cada día tome mejores decisiones para llevar un estilo de vida más saludable.

www.everydaychoices.org

©2009, American Cancer Society, Inc., American Diabetes Association, and American Heart Association
No. 480900