

# Guías para el cuidado preventivo 2026

Haz de tu cuidado preventivo una prioridad y toma el camino hacia una mejor salud. Tu plan médico cubre algunas pruebas de detección preventivas, exámenes de control y vacunas para ayudarte a detectar posibles problemas de salud a tiempo para que tú y tu familia estén sanos.

Aunque estas guías proporcionan ejemplos de varios servicios preventivos, es posible que no se mencionen a todos los que están disponibles para ti. Es importante que hables con tu médico acerca de qué exámenes, pruebas de detección y vacunas son los adecuados para ti y tu familia, para que puedan desarrollar un plan de salud personalizado.

Estas guías se basan en requisitos específicos de cada estado y en recomendaciones de expertos en salud, entre ellos:

- Academia Americana de Médicos de Familia (AAFP)
- Iniciativa Bright Futures de la Academia Americana de Pediatría (AAP)
- Comité Asesor sobre Prácticas de Vacunación (ACIP)
- Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (ACOG)
- Sociedad Americana Contra El Cáncer (ACS)
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)
- HRSA — Administración de Recursos y Servicios de Salud
- Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos (USPSTF)



**Ten en cuenta que la cobertura de los servicios preventivos varía según el plan médico, por lo que tu plan quizás no cubra todos los servicios y pruebas que se mencionan aquí.**

Para saber qué cubre tu plan, puedes hacer lo siguiente:

- Visitar [[anthem.com](https://www.anthem.com)].
- Llamar al número de Servicios para Miembros que aparece en tu tarjeta de identificación.
- Consultar el manual del miembro.

# Examen de control pediátrico y del bebé

## Examen de control del bebé: desde el nacimiento hasta los dos años

Los bebés deben ser evaluados por un médico al nacer y durante los años siguientes, o según lo que el médico considere:

- De tres a cinco días de nacido
- Entre las dos semanas y el primer mes
- A los 2 meses
- A los 4 meses
- A los 6 meses
- A los 9 meses
- A los 12 meses
- A los 15 meses
- A los 18 meses
- A los 24 meses

Los bebés que se van del hospital antes de cumplir dos días de haber nacido (48 horas) deben ser evaluados por un médico entre 2 y 4 días de su nacimiento. Todos los bebés deben recibir un tratamiento con un ungüento oftálmico para prevenir una posible infección transmitida por la madre durante el parto.

Las consultas de control del bebé pueden incluir un examen físico, vacunación y estudios o pruebas de detección apropiados para la edad, como los que se encuentran a continuación. El pediatra de tu hijo también puede charlar contigo sobre lo siguiente:

- Cuidado, seguridad y desarrollo del recién nacido
- Nutrición y alimentación
- La salud y el bienestar tuyos y de tu familia
- Cómo minimizar la exposición a la radiación ultravioleta (UV)

Revisión	Edad adecuada (expresada en meses)
Medición del peso, longitud y cabeza	En cada visita
Percentil del índice de masa corporal (IMC)*	A los 24 meses
Prueba metabólica neonatal, como la fenilcetonuria (PKU), que es cuando el cuerpo no puede descomponer las proteínas, anemia falciforme (un trastorno hereditario de la sangre) y análisis de tiroides	Desde el nacimiento hasta los dos meses (preferiblemente, entre los tres y cinco días de nacido)
Bilirrubina (detecta la ictericia neonatal)	Desde el nacimiento hasta los dos meses
Cardiopatía congénita crítica (defectos cardíacos presentes al nacer)	En el nacimiento
Alimentación e ictericia	Se evalúa entre los tres y cinco días después del nacimiento y dentro de las 48 a 72 horas tras el alta hospitalaria
Desarrollo cerebral, físico, social, emocional y conductual	En cada visita
Audición	Desde el nacimiento y en cada visita
Visión	En cada visita
Presión arterial	Evaluar el riesgo en cada visita
Salud oral/dental	Referir a un dentista de atención primaria si es necesario, a partir de los seis meses. Comenzar con los exámenes dentales anuales a partir de los 12 meses. Aplicar barniz de flúor cuando comiencen a salir los dientes (por lo general, entre los seis y 24 meses de edad) Recetar flúor según el agua potable que consume el niño (desde los seis hasta los 24 meses de edad)
Hemoglobina o hematocrito (hemograma)	Evaluar el riesgo a los cuatro meses. Someter a prueba de detección a los 12 meses. Monitorear riesgos según lo indique el médico.
Hepatitis B	Evaluar el riesgo en cada visita
Prueba de detección de plomo	A los 12 y a los 24 meses. Monitorear riesgos según lo indique el médico.

Revisión	Edad adecuada (expresada en meses)
Anemia	Evaluar el riesgo a los cuatro meses y en cada visita a partir de los 15 meses
Autismo (condición que afecta las habilidades sociales y el modo en el que una persona se comunica)	A los 18 y a los 24 meses
Depresión materna posparto (después de que una madre da a luz)	Al mes y a los dos, cuatro y seis meses
Presión arterial	Evaluar el riesgo en cada visita
Trastorno de los lípidos (problemas de colesterol)	Evaluar el riesgo a los 24 meses
Tuberculosis	Monitorear riesgos y realizar pruebas según lo indique el médico.

**Nota:** Se recomienda el tratamiento con un ungüento oftálmico a todos los bebés en el nacimiento para prevenir infecciones transmitidas por la madre durante el parto.

### Examen de control pediátrico: desde los dos años y medio hasta los 10 años

Dependiendo de la edad de tu hijo, el médico puede charlar contigo acerca de lo siguiente:

- Fomentar una nutrición saludable.
- Ejercicios, crecimiento, seguridad y hábitos saludables.
- Cualquier problema en el aprendizaje o en la escuela.
- Salud emocional y mental.
- Problemas en el hogar y en la convivencia familiar.
- Minimizar la exposición de la radiación UV.

Durante la consulta, tu hijo puede recibir lo siguiente:

- Un examen de cuerpo completo.
- Vacunas.
- Otros exámenes y pruebas de detección.

Revisión	Edad adecuada (expresada en años)
Estatura, peso y percentil de IMC*	Cada año
Desarrollo cerebral, físico, social, emocional y conductual	En cada visita
Visión	Cada año
Audición	En cada visita a partir de los cuatro años Evaluaciones de riesgo en cada visita antes de los cuatro años
Ansiedad	Cada año a partir de los ocho años
Trastorno de los lípidos (problemas de colesterol)	Una vez entre los nueve y 11 años Evaluar el riesgo en todas las demás edades
Salud oral/dental	Exámenes dentales cada año Aplicar barniz de flúor en los dientes cuando lo indique el dentista (entre los dos años y medio y los cinco años) Recetar flúor según el agua potable (entre los dos años y medio y los 10 años)
Anemia	Evaluar el riesgo en cada visita
Hemoglobina o hematocrito (hemograma)	Evaluar riesgos cada año
Presión arterial	Cada año a partir de los tres años Evaluar riesgos antes de los tres años
Prueba de detección de plomo	Evaluar riesgos hasta los seis años
Hepatitis B	Evaluar el riesgo en cada visita
Tuberculosis	Monitorear riesgos y realizar pruebas según lo indique el médico.

## Examen de control pediátrico: desde los 11 hasta los 20 años

Según la edad, el médico puede charlar sobre lo siguiente:

- **Crecimiento y desarrollo**, tales como hábitos de salud bucal, imagen corporal, alimentación saludable, actividad física y descanso.
- **Bienestar emocional**, esto incluye control del estado de ánimo y la salud mental en general.
- **Sexo seguro**, en especial, para reducir riesgos de enfermedades e infecciones de transmisión sexual (ETS e ITS), así como el embarazo.
- **Uso de sustancias**, ya sea consumo de alcohol o tabaco, cigarrillos electrónicos o drogas recetadas o ilegales.
- **Rendimiento escolar.**
- **Problemas en el hogar y en la convivencia familiar.**
- **Seguridad**, como el uso del cinturón de seguridad, casco y protección solar.
- **Seguridad con la utilización de armas de fuego**, si es que poseen una o están cerca de ellas.
- **Violencia en la pareja.**
- **Minimizar la exposición de la radiación UV.**

Revisión	En qué momento hacérsela
Estatura, peso, IMC*	Percentil hasta los 19 años, luego IMC cada año
Desarrollo cerebral, físico, social, emocional y conductual	Cada año
Riesgo de suicidio y depresión	Cada año a partir de los 12 años
Ansiedad	Cada año
Presión arterial	Cada año
Visión	Cada año
Audición	Prueba de detección con audiometría, una vez entre los 11 y 14 años, otra entre los 15 y 17 años y otra más entre los 18 y 21 años.
Salud oral/dental	Derivar a un dentista una vez al año Recetar flúor según el agua potable (entre los 11 y 16 años)
Hemoglobina o hematocrito (hemograma)	Evaluar riesgos cada año
ITS que incluye clamidia y gonorrea	Evaluar el riesgo cada año a partir de los 11 años, si es sexualmente activo
Sífilis	Someter a prueba de detección a quienes tienen alto riesgo de contagio.
Virus de inmunodeficiencia humana (VIH)	Someter a prueba de detección una vez entre los 15 y 21 años. Evaluar riesgos cada año. A las personas con alto riesgo de contraer VIH se les debe ofrecer la profilaxis previa a la exposición (PrEP).
Trastorno de los lípidos (problemas de colesterol)	Una vez entre los nueve y 11 años Una vez entre los 17 y 21 años Evaluar riesgos cada año alterno
Anemia	Evaluar el riesgo en cada visita
Trastorno de abuso de sustancias y adicción al tabaco	Evaluar el riesgo cada año a partir de los 11 años
Tuberculosis	Evaluar riesgos cada año y realizar pruebas según recomendación del médico
Hepatitis C	Someter a prueba de detección entre los 18 y 79 años

Revisión	En qué momento hacérsela
Hepatitis B	Evaluar riesgos cada año. Someter a prueba de detección si existe un mayor riesgo de infección.
Displasia cervical	Prueba de Papanicolaou a partir de los 21 años
Paro cardíaco repentino/muerte súbita	Evaluar riesgo cada año a partir de los 11 años

\* La información de la estatura y el peso se utiliza para determinar el IMC. El IMC se utiliza para saber si la persona tiene un peso adecuado para su estatura, o si tiene bajo peso o sobrepeso con respecto a su estatura. El percentil del IMC se utiliza en niños de dos a 19 años para identificar dónde se sitúa con respecto a otros niños.

Esta guía está destinada solo a brindar información, no debe reemplazar el consejo o cuidado médico. Algunas personas pueden tener un mayor riesgo de problemas de salud debido a su historial familiar, su raza o etnia, u otras razones. Habla con el pediatra de tu hijo si tienes preocupaciones con respecto a su salud.

**Ten en cuenta lo siguiente:** La cobertura para estos servicios varía según el plan médico.



# Prueba de detección para adultos: mujeres

## Visita anual de bienestar

Durante tu visita anual, tu médico puede realizar o recomendar ciertos exámenes según tu edad o historial médico, incluidos los que aparecen en la tabla a continuación.

Tu médico también puede charlar contigo sobre lo siguiente:

- Alimentación y actividad física.
- Salud mental, como la depresión.
- Salud dental y oral.
- Consumo de tabaco y cómo dejar el hábito.
- Evitar ser fumador pasivo.
- Consumo de alcohol y drogas.
- Riesgo del cáncer de piel.
- Violencia de pareja íntima y violencia doméstica.
- Minimizar la exposición de la radiación UV.
- Planificación familiar, que incluye:
  - Sexo seguro (se puede brindar consejería para prevenir infecciones de transmisión sexual en adultos con mayor riesgo).
  - Control de natalidad para prevenir embarazos no deseados.
  - Espaciamiento de los embarazos para lograr el mejor parto posible.
  - Suplementos de ácido fólico para mujeres en edad reproductiva.
- La importancia del ejercicio en adultos mayores de 65 años para prevenir caídas.
- Cómo navegar los servicios de detección de cáncer de mama y de cuello uterino, y el seguimiento

Revisión	Cuándo realizarla
Estatura, peso, IMC <sup>1</sup>	Someterse a prueba de detección cada año o según lo que recomiende tu médico. A las mujeres con un IMC alto (30 o más) se les debe ofrecer intervenciones intensivas para la pérdida de peso, con el fin de ayudarlas a aumentar la actividad física y mejorar sus hábitos alimenticios.
Presión arterial	Cada año o según lo que recomiende tu médico. En caso de presentar presión alta, volver a controlar en casa.
Evaluar en riesgo de presentar enfermedad cardiovascular (CVD)	Según lo indique el médico, desde los 40 hasta los 75 años. A las mujeres que presenten un alto riesgo se les debería ofrecer estatina en dosis baja o moderada (medicamento para el colesterol). Puede ser necesario un examen de lípidos para evaluar el riesgo.
Prueba de glucosa (azúcar en sangre) para detectar diabetes tipo 2.	Según lo indique tu médico, desde los 35 hasta los 70 años, en especial si tienes sobrepeso u obesidad. Las personas con nivel alto de azúcar en sangre deben consultar con su médico sobre intervenciones de consejería que los ayuden a llevar una alimentación saludable y mantenerse físicamente activos.
Osteoporosis (evalúa la densidad ósea)	La prueba debe realizarse a más tardar a los 65 años. Las mujeres en la menopausia deben consultar con su médico acerca de la osteoporosis y realizarse el examen si presentan factores de riesgo.
Riesgo de suicidio y depresión	Cada año
Ansiedad	Cada año (hasta los 65 años)
Riesgo de cáncer de mama	Según lo indique tu médico, en mujeres de 35 años o más con mayor riesgo de cáncer de mama. A las mujeres con riesgo elevado de presentar cáncer de mama y con bajo riesgo de presentar efectos adversos por medicamentos se les deberían ofrecer fármacos para reducir el riesgo, como tamoxifeno, raloxifeno o inhibidores de la aromatasa.
Mamografía (radiografía de mama) <sup>2</sup>	Considera realizarte este examen cada uno o dos años entre los 40 y los 74 años

Revisión	Cuándo realizarla
Evaluación de riesgo de los genes BRCA	Según las indicaciones médicas, en mujeres con antecedentes personales o familiares de cáncer de mama, ovarios, trompas de Falopio o peritoneo, o con ascendencia asociada a mutaciones de los genes BRCA1 o BRCA2
Cáncer de cuello uterino	Entre los 21 y 29 años, prueba de Papanicolaou cada tres años. De los 30 a 65 años, puedes elegir entre hacerte una prueba de Papanicolaou cada tres años o solo una prueba del virus del papiloma humano (VPH), o una combinación de ambas cada cinco años. Puedes dejar de hacerte estas pruebas a los 65 años si tus últimas tres pruebas de Papanicolaou o tus últimas dos pruebas combinadas (Pap + VPH) en los últimos 10 años dieron resultados normales. Si en los últimos 20 años el resultado de tu Pap dio anormal, habla con tu médico.
Cáncer colorrectal	Si tienes entre 45 y 75 años, tu médico puede recomendarte uno o varios de los siguientes estudios: Pruebas de heces: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba inmunoquímica fecal (PIF)</li> <li>• PIF-ADN: prueba de ADN en heces</li> <li>• Prueba de sangre oculta en heces basada en guayacol (gFOBT)</li> </ul> Estudios visuales: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colonoscopia (se utiliza una cámara pequeña en el extremo de un tubo flexible para observar todo el colon)</li> <li>• Colonografía por TC (se utiliza una tomografía computarizada [TC] para tomar imágenes del interior del colon)</li> </ul> Sigmoidoscopia flexible (se utiliza una cámara pequeña en el extremo de un tubo flexible para observar el último segmento del colon, que se llama colon sigmoide)
Cáncer de pulmón con tomografía computarizada de baja dosis (TCBD)	A partir de los 50 años, en personas con un historial de fumar 20 paquetes al año y que actualmente fuman, o dejaron de hacerlo hace menos de 15 años.
Hepatitis B	Realizar la prueba de detección en caso de presentar mayor riesgo de infección
Hepatitis C	Someter a prueba de detección entre los 18 y 79 años
Clamidia y gonorrea	Hasta los 24 años en caso de ser sexualmente activo A partir de los 25 años, en caso de tener mayor riesgo de infección
Sífilis	Someter a prueba de detección a quienes tienen alto riesgo de contagio.
VIH	Según lo indique el médico, desde los 19 hasta los 60 años. A las personas con alto riesgo de contraer VIH se les debe ofrecer la profilaxis previa a la exposición (PrEP).
Tuberculosis	Someter a prueba de detección en caso de tener riesgo elevado de tener una infección latente

Las recomendaciones se dividen en “hombres” y “mujeres” aunque los beneficios estimados se basan en el sexo biológico (es decir, masculino o femenino) y no en identidad de género. Las personas deberían tener en cuenta su sexo al nacer y su anatomía actual, y consultar con su profesional clínico si es necesario para saber qué recomendación se ajusta mejor a su caso.

1 La estatura y el peso se utilizan para medir el índice de masa corporal (IMC). El IMC permite determinar si una persona tiene un peso saludable con respecto a su estatura, o si están con bajo peso o con sobrepeso.

2 Las mujeres deben consultar con su médico y tomar una decisión personal acerca de la edad adecuada para comenzar a realizarse mamografías, y considerar hacerse una cada dos años a medida que avanzan en edad.

# Embarazo

Dentro de los primeros tres meses de embarazo, es importante visitar a un médico para establecer un plan de atención prenatal basado en una evaluación integral de necesidades. En cada visita, tu médico controlará tu salud y la de tu bebé. El médico también puede hablar contigo de lo siguiente:

- Qué alimentos consumir.
- De qué manera mantenerte activa durante el embarazo.
- Evitar el tabaco, las drogas, el alcohol y otras sustancias.
- Lactancia, suministros para la lactancia y consejería.

## Pruebas:

Tu médico puede indicarte algunos de estos exámenes:

- **Exámenes para detectar riesgo de suicidio y depresión** (se realizan durante y después del embarazo).
- **Prueba de detección para la ansiedad** (se realiza durante y después del embarazo).
- **Prueba de detección de diabetes** gestacional a partir de la semana 24.
- **Control de preeclampsia** (presión arterial alta que puede causar otros problemas en el embarazo).\*
- **Hematocrito/hemoglobina** (hemograma).
- **Inmunidad contra la rubéola** (también conocida como sarampión alemán, para saber si necesitas la vacuna después del parto).
- **Examen de tipo de sangre Rh(D) y anticuerpos** (para saber si tu sangre y la de tu bebé son compatibles). Si eres Rh(D) negativo, debes repetir el examen entre las semanas 24 y 28.
- **Se recomienda realizar la prueba de detección para la hepatitis B** en la primera consulta prenatal.
- **Se recomienda realizar la prueba de detección del VIH** en todas las embarazadas que no sepan su estado serológico, incluso en el trabajo de parto o en el parto mismo. A las personas con alto riesgo de contraer VIH se les debe ofrecer la profilaxis previa a la exposición (PrEP).
- **Se recomienda realizar la prueba serológica para sífilis** a todas las embarazadas en la primera consulta prenatal. Se recomienda hacer un control general en el tercer trimestre y en el momento del parto.
- **Análisis de orina** para detectar bacterias, aunque no tengas síntomas, según lo que indique tu médico.

## Otros exámenes y pruebas de detección:

- **Amniocentesis** (es una ecografía y un análisis del líquido que rodea al bebé).
- **ADN fetal libre** (análisis de sangre que detecta posibles alteraciones cromosómicas en el bebé).
- **Muestra de vellosidades coriónicas** (detecta defectos congénitos y otros problemas).
- **Pruebas de ultrasonido** (sirve para observar al bebé dentro del útero). Durante los primeros tres meses, estos estudios se realizan junto con otros análisis de sangre para evaluar el riesgo de que el bebé presente alteraciones cromosómicas, entre otras cosas.

Estas pruebas y otros estudios sirven para detectar inquietudes relacionadas con la salud del bebé. Las pruebas indicadas y el momento adecuado para hacerlas dependen de lo siguiente:

- Tu edad.
- Tu historial médico y el de tu familia.

Puedes hablar con tu médico sobre estos temas:

- Los estudios adecuados para ti.
- La información que te pueden dar sobre tu bebé.
- Los posibles riesgos.

\* Si tienes un alto riesgo de preeclampsia, tu médico puede recomendarte tomar una dosis baja de aspirina para prevenir complicaciones durante el embarazo.



### Vacunas:

- **Influenza:** Si estás embarazada durante la temporada de gripe (de octubre a marzo), puede que tu médico te recomiende la vacuna inactivada contra la influenza (virus muerto).
- **Tdap:** Las adolescentes y adultas embarazadas deben recibir la vacuna Tdap en cada embarazo. Lo ideal es aplicarla entre las 27 y 36 semanas, aunque la pueden recibir en cualquier momento del embarazo.
- **Virus respiratorio sincicial (RSV):** Según la época del año, tu médico puede recomendarte una dosis de la vacuna entre las semanas 32 a 36 de gestación (ya completas).

Lo mejor es recibir la mayoría de las vacunas antes de quedar embarazada. Debes hablar con tu médico para revisar que tengas todas las vacunas al día.

No deberías recibir estas vacunas si estás embarazada:

- **Sarampión, paperas, rubéola**
- **Varicela**

Esta guía está destinada solo a brindar información, no debe reemplazar el consejo o cuidado médico. Algunas personas pueden tener un mayor riesgo de problemas de salud debido a su historial familiar, su raza o etnia, u otras razones. Si tienes dudas sobre tu salud, habla con tu médico.

**Ten en cuenta lo siguiente:** La cobertura para estos servicios varía según el plan médico.

# Prueba de detección para adultos: hombres\*\*

Durante tu consulta, puedes charlar con tu médico sobre los siguientes temas:

- Alimentación y actividad física.
- Salud mental, como la depresión.
- Salud dental y oral.
- Consumo de tabaco y cómo dejar el hábito.
- Evitar ser fumador pasivo.
- Consumo de alcohol y de drogas.
- Riesgo del cáncer de piel.
- Violencia en la pareja.
- Planificación familiar, que incluye sexo seguro (se puede brindar consejería para prevenir infecciones de transmisión sexual en adultos con mayor riesgo) y prevención de embarazos no deseados en la pareja.
- Minimizar la exposición de la radiación UV.
- La importancia del ejercicio en adultos mayores de 65 años para prevenir caídas.

En esta consulta, te pueden aplicar vacunas y realizar estos exámenes:

Revisión	Cuándo realizarla
Estatura, peso, IMC*	Cada año o según lo que recomiende tu médico. A los hombres con un IMC alto (30 o más) se les debe ofrecer intervenciones intensivas para la pérdida de peso, con el fin de ayudarlos a aumentar la actividad física y mejorar sus hábitos alimenticios.
Aneurisma de aorta abdominal (dilatación de los vasos sanguíneos en el abdomen)	Una vez entre los 65 y 75, si alguna vez has fumado
Ansiedad	Cada año (hasta los 65 años)
Riesgo de suicidio y depresión	Cada año
Presión arterial	Cada año o según lo que recomiende tu médico. En caso de presentar presión alta, volver a controlar en casa.
Evaluar en riesgo de presentar enfermedad cardiovascular (CVD)	Según lo indique el médico, desde los 40 hasta los 75 años. A los hombres que presenten un alto riesgo se les debería ofrecer estatina en dosis baja o moderada (medicamento para el colesterol). Puede ser necesario un examen de lípidos para evaluar el riesgo.
Cáncer colorrectal	Si tienes entre 45 y 75 años, tu médico puede recomendarte uno o varios de los siguientes estudios: Pruebas de heces: <ul style="list-style-type: none"><li>• Prueba inmunoquímica fecal (PIF)</li><li>• PIF-ADN: prueba de ADN en heces</li><li>• Prueba de sangre oculta en heces basada en guayacol (gFOBT)</li></ul> Estudios visuales: <ul style="list-style-type: none"><li>• Colonoscopia (se utiliza una cámara pequeña en el extremo de un tubo flexible para observar todo el colon)</li><li>• Colonografía por TC (se utiliza una tomografía computarizada [TC] para tomar imágenes del interior del colon)</li><li>• Sigmoidoscopia flexible (se utiliza una cámara pequeña en el extremo de un tubo flexible para observar el último segmento del colon, que se llama colon sigmoide)</li></ul>
Prueba de glucosa (azúcar en sangre) para detectar diabetes tipo 2.	Según lo indique tu médico, desde los 35 hasta los 70 años, en especial si tienes sobrepeso u obesidad. Las personas con nivel alto de azúcar en sangre deben consultar con su médico sobre intervenciones de consejería que los ayuden a llevar una alimentación saludable y mantenerse físicamente activos.



Revisión	Cuándo realizarla
Hepatitis C	Someter a prueba de detección entre los 18 y 79 años
Hepatitis B	Realizar la prueba de detección en caso de presentar mayor riesgo de infección
VIH	Según lo indique el médico, desde los 19 hasta los 60 años. A las personas con alto riesgo de contraer VIH se les debe ofrecer la profilaxis previa a la exposición (PrEP).
Sífilis	Someter a prueba de detección a quienes tienen alto riesgo de contagio.
Cáncer de pulmón con tomografía computarizada de baja dosis (TCBD)	A partir de los 50 años, en personas con un historial de fumar 20 paquetes al año y que actualmente fuman, o dejaron de hacerlo hace menos de 15 años.
Tuberculosis	Someter a prueba de detección en caso de tener riesgo elevado de tener una infección latente

\* La información de la estatura y el peso se utiliza para determinar el IMC. El IMC se utiliza para saber si la persona tiene un peso adecuado para su estatura, o si tiene bajo peso o sobrepeso con respecto a su estatura.

Las recomendaciones se dividen en “hombres” y “mujeres” aunque los beneficios estimados se basan en el sexo biológico (es decir, masculino o femenino) y no en identidad de género. Las personas deberían tener en cuenta su sexo al nacer y su anatomía actual, y consultar con su profesional clínico si es necesario para saber qué recomendación se ajusta mejor a su caso.

— Caughey AB, Krist AH, Wolff TA, y col. Enfoque del USPSTF para abordar el sexo y el género al hacer recomendaciones sobre servicios preventivos clínicos. JAMA. 2021; 326(19):1953-1961.

# Calendario de vacunas recomendado

Vacuna	Al nacer	A los 1-2 meses	A los 2 meses	A los 4 meses	A los 6 meses
Virus respiratorio sincial	Depende de la situación particular				
Hepatitis A					
Hepatitis B	•	•			
Rotavirus (RV)			Serie de dos o tres dosis		
Difteria, tétanos, tos ferina (DTaP)			•	•	•
Tétanos, difteria, tos ferina (Td/Tdap)					
Haemophilus influenzae tipo b (Hib)			Tres a cuatro dosis entre los dos y 15 meses: primera dosis a los dos meses y la última dosis entre los 12 y 15 meses		
Influenza (gripe)					
Neumocócica conjugada (PCV15, PCV 20)			•	•	•
Neumocócica polisacárida (PCV15, PCV20, PCV21, PPSV23)					
Sarampión, paperas, rubéola					
Virus de la polio inactivado (VPI)			•	•	
COVID-19					
Virus del papiloma humano (VPH)					
Meningocócica					
Varicela (viruela del pollo)					
Vacuna recombinante contra el herpes zóster (HZ/su)					

Para más información sobre inmunización, como la vacuna contra la viruela del mono (mpox), que se la puede recomendar según el historial individual, visita [cdc.gov/vaccines](https://www.cdc.gov/vaccines).

A los 6-18 meses	A los 12-15 meses	A los 15-18 meses	A los 19-23 meses	A los 4-6 años	A los 11-12 años	A los 13-18 años	A los 19-64 años	65 años en adelante
Depende de la situación particular								
	Serie de dos dosis entre los 12 y 23 meses, deben aplicarse con una diferencia de seis a 18 meses							
•							•	
		•		•				
					Tdap:		Cada 10 años	
Se recomienda cada año desde los seis meses hasta después de los 65 años, en niños de seis meses a ocho años que la reciben por primera vez, se recomienda aplicar dos dosis con al menos cuatro semanas de diferencia.								
	•							
								•
	•			•			Una a dos dosis dependiendo de lo que se recomiende	
•				•			Completar la serie de tres dosis si no se completó la vacunación	
Vacunación recomendada para personas de 6 meses a 65 años o más; el calendario y la dosis dependen del historial de vacunación.								
					Serie de dos a tres dosis según la edad al comenzar la vacunación o la condición			
					MenACWY: a los 11 o 12 años, con refuerzo a los 16 años	MenB: Entre los 16 y 23 años.		
	Puede administrarse con la vacuna MMR como vacuna combinada MMRV.			•			•	•
							Serie de dos dosis para mayores de 50 años, con un intervalo de dos a seis meses	

**Virus respiratorio sincicial (RSV):** Las recomendaciones dependen de si la madre recibió la vacuna contra el RSV durante el embarazo y de los factores de riesgo del bebé. Si tienes 60 años o más, puedes recibir una dosis de la vacuna contra el RSV, según lo que decidan tú y tu médico.

**Hepatitis A (de dos a 18 años):** Deben pasar al menos seis meses entre las dos dosis. Si tú y tu hijo no han recibido esta vacuna, puedes hablar con tu médico para ponerte al día.

**Hepatitis B:** La primera dosis debe aplicarse dentro de las 24 horas después del nacimiento, si el bebé nació fuera del hospital. Los niños pueden recibir una dosis adicional (serie de cuatro dosis) a los cuatro meses, si se aplica la vacuna combinada después de la dosis que se da al nacer. Las personas de 60 o más deberían consultar con su médico si es recomendable vacunarse.

**Rotavirus (RV):** Se aplica en una serie de dos o tres dosis (según la marca de la vacuna que se utilice).

**Tdap (niños y adultos):** Si tú o tu hijo (de siete años o más) no han recibido nunca esta vacuna, consulta con tu médico para que puedan ponerse al día.

**Haemophilus influenzae tipo b (Hib):** Se aplica una serie de tres o cuatro dosis (según la marca de la vacuna).

**Vacuna neumocócica conjugada (PCV15 o PCV20):** Si tu hijo entre los 14 y 59 meses no ha completado la serie de PCV, consulta con tu médico.

**COVID-19:** Para obtener más información acerca del esquema y la formulación actualizada, visita [cdc.gov/covidschedule](https://www.cdc.gov/covidschedule).

**Influenza (gripe):** Entra a flu.gov o cdc.gov para saber más acerca de esta vacuna. Los niños de seis meses a ocho años que se apliquen la vacuna por primera vez, deben recibir dos dosis con cuatro semanas de diferencia.

**Sarampión, paperas, rubéola (MMR) y varicela:** Los adolescentes y adultos deben tener sus vacunas MMR al día. La vacuna contra la varicela está indicada para niños que no hayan tenido la enfermedad (MMRV).

**Virus del papiloma humano (VPH):** Los niños de 11 a 12 años pueden recibir dos dosis de la vacuna contra el VPH con al menos seis meses de diferencia. (Se puede comenzar con la vacunación a los nueve años). Los adolescentes y adultos jóvenes que comiencen la serie entre los 15 y 26 años necesitarán tres dosis para estar protegidos contra los tipos de VPH que pueden causar cáncer. Las personas de entre 27 y 45 años deben charlar con su médico para ver si esta vacuna es adecuada para ellas.

**Meningocócica:** Si se administra a adolescentes sanos que no tengan un alto riesgo, deben darse dos dosis de la vacuna MenA,C,W,Y. También se recomienda en niños y adultos con alto riesgo. El momento para aplicarlas debe basarse en la marca de la vacuna, edad en la que se recibió la primera dosis y los factores de riesgo de la persona. Para la MenB, los jóvenes de 16 a 23 años sin factores de riesgo deberían consultar con su médico si deben vacunarse.

**Vacuna neumocócica (PCV15, PCV20, PCV21) o neumocócica polisacárida (PPSV23):** En adultos de 65 años o más que no han recibido vacunas PCV o no saben si las recibieron, se recomienda un esquema según la vacuna utilizada. Si ya has recibido vacunas PSV13, pregúntale a tu médico qué dosis necesitas.

**Herpes zóster:** Se recomiendan dos dosis de la vacuna Shingrix (HZ/su), con un intervalo de dos a seis meses para personas mayores de 50, incluso si ya han recibido la vacuna Zostavax contra la culebrilla.

**Conoce más sobre tu plan y los servicios que cubre y [descarga la aplicación móvil Sydney<sup>SM</sup> Health o] visita [anthem.com].**

Para obtener más información acerca de temas de salud y bienestar, visita nuestro blog en [blog URL].





[Sydney Health está disponible a través de un acuerdo con Carelon Digital Platforms, una compañía independiente que ofrece servicios de aplicación móvil en nombre de tu plan médico.]

[Anthem Blue Cross and Blue Shield] es un plan médico que tiene un contrato federal.

[Anthem Blue Cross and Blue Shield es el nombre comercial de las siguientes compañías: En Colorado: Rocky Mountain Hospital and Medical Service, Inc. Los productos HMO están asegurados por HMO Colorado, Inc. En Connecticut: Anthem Health Plans, Inc. En Indiana: Anthem Insurance Companies, Inc. En Georgia: Blue Cross Blue Shield Healthcare Plan of Georgia, Inc. y AMGP Georgia Managed Care Company, Inc. En Kentucky: Anthem Health Plans of Kentucky, Inc. En Maine: Anthem Health Plans of Maine, Inc. En Missouri (excepto en 30 condados del área de Kansas City): RightCHOICE® Managed Care, Inc. (RIT), Healthy Alliance® Life Insurance Company (HALIC) y HMO Missouri, Inc. RIT y ciertos afiliados administran los beneficios que no corresponden a planes HMO asegurados por HALIC y los beneficios de HMO asegurados por HMO Missouri, Inc. RIT y ciertos afiliados solo ofrecen servicios administrativos para planes autofinanciados y no aseguran beneficios. En Nevada: Rocky Mountain Hospital and Medical Service, Inc. Los productos HMO están asegurados por HMO Colorado, Inc., que opera bajo el nombre comercial de HMO Nevada. En New Hampshire: Anthem Health Plans of New Hampshire, Inc. Los planes HMO son administrados por Anthem Health Plans of New Hampshire, Inc. y están asegurados por Matthew Thornton Health Plan, Inc. En 17 condados del sureste de Nueva York: Anthem HealthChoice Assurance, Inc. y Anthem HealthChoice HMO, Inc. En estos mismos condados, Anthem Blue Cross and Blue Shield HP es el nombre comercial de Anthem HP, LLC. En Ohio: Community Insurance Company. En Virginia: Anthem Health Plans of Virginia, Inc. opera bajo el nombre Anthem Blue Cross and Blue Shield, y su afiliado HealthKeepers, Inc. opera bajo el nombre Anthem HealthKeepers y proporciona cobertura HMO, y su área de servicio abarca todo Virginia, con excepción de City of Fairfax, Town of Vienna y el área al este de State Route 123. En Wisconsin: Blue Cross Blue Shield of Wisconsin (BCBSWI) asegura o administra las pólizas de los planes PPO y de indemnización, y asegura los beneficios fuera de la red de las pólizas POS que ofrece CompCare Health Services Insurance Corporation. CompCare asegura o administra las pólizas de HMO o POS. Licenciatarios independientes de Blue Cross and Blue Shield Association. Anthem es una marca comercial registrada de Anthem Insurance Companies, Inc.]

[En California, Anthem Blue Cross es el nombre comercial de Blue Cross of California, Inc. También presta servicios en California: Anthem Blue Cross Life and Health Insurance Company. En once condados del noreste de New York, Anthem Blue Cross es el nombre comercial de Anthem HealthChoice Assurance, Inc. y Anthem HealthChoice HMO, Inc., y Anthem Blue Cross HP es el nombre comercial de Anthem HP, LLC. Licenciatarios independientes de Blue Cross Association. Anthem es una marca comercial registrada de Anthem Insurance Companies, Inc.]