

Como su aliado en la salud, queremos asegurarnos de que se mantenga saludable y aproveche al máximo sus beneficios de atención médica. Por eso hemos diseñado estas tablas de Beneficios del Cuidado Preventivo fáciles de usar. El cuidado preventivo implica exámenes de detección, chequeos y asesoramiento para prevenir enfermedades, malestares u otros problemas de salud.

Para muchos planes, los beneficios preventivos están cubiertos al 100 % sin deducible, copago ni coaseguro cuando usted utiliza un proveedor de la red como parte de su visita preventiva de atención primaria. Otros tipos de pruebas o exámenes podrían requerir un copago, coaseguro o deducible.*

**Siempre revise los documentos de su plan para conocer su cobertura exacta.*

Así que lleve estas tablas con usted para su examen anual de bienestar. Asegúrese de que está recibiendo toda la atención preventiva gratuita que necesita.

Nota: Si tiene un plan “con derechos adquiridos por antigüedad” (planes individuales y grupales con fechas de vigencia anteriores al 1 de enero de 2014), consulte su Resumen de Beneficios (Benefit Summary) para conocer los montos de deducibles, copagos y coaseguros. Pregunte a su gerente de beneficios si no está seguro de su tipo de plan.

Consulte la Póliza de Cobertura Médica *BI062 Beneficios del Cuidado Preventivo de la Salud (BI062 Preventive Health Benefit)* para obtener detalles específicos sobre las pruebas exactas cubiertas. Acceda a QualChoice.com, *Already a Member? (¿Ya es miembro?)*, seleccione *Medical Coverage Políticas (Pólizas de cobertura médica)* y utilice el índice o la herramienta de búsqueda.

Si hubiera algún conflicto entre estas tablas y los documentos de su plan legal, prevalecerán los términos de los documentos legales.

Exámenes de detección recomendados para adultos, vacunas y asesoramiento para hombres y mujeres mayores de 18 años

Procedimiento	Comentarios	18	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70+
Examen de obesidad	Evaluación de peso recomendada en cada visita preventiva.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Presión arterial	Evaluación de la presión arterial recomendada en cada visita preventiva.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Uso de tabaco/nicotina	Se recomienda que el médico pregunte sobre el consumo de tabaco en cada visita. Pruebas de detección de rutina y asesoramiento por parte de un médico de atención primaria de la red para detectar riesgos potenciales para la salud asociados con el uso de tabaco/ nicotina.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Uso de alcohol/drogas ilícitas	Pruebas de detección y asesoramiento de rutina, por parte de un médico de atención primaria de la red, para detectar posibles riesgos para la salud asociados con el uso de alcohol o drogas ilícitas.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Nutrición, actividad Física, exposición al Sol, depresión y prevención de Lesiones	Exámenes periódicos y asesoramiento por parte de un médico de atención primaria de la red para acceder a temas de salud y promover conductas de estilo de vida saludable cubiertas como parte de la visita anual de atención primaria preventiva.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Detección de glucosa/ diabetes	Una vez por año calendario para personas con sobrepeso u obesas de entre 40 y 70 años de edad.					✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubéola (Measles, Mumps, Rubella, MMR)	Una vez para todas con falta de inmunidad. Generalmente se considera que los adultos nacidos antes de 1957 son inmunes al sarampión y las paperas, por lo que es posible que no necesiten ser vacunados. Los nacidos después de 1957 pueden necesitar una segunda dosis. Entre los 18 y 49 años, una o dos dosis. Mayores de 50 años, una dosis. Consulte con su médico.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Vacuna contra la hepatitis B	Tres dosis para personas inmunocomprometidas (de alto riesgo) que no han sido vacunadas previamente. Se requiere autorización previa.											
Vacuna antineumocócica polisacárida (Pneumococcal Polysaccharide Vaccine, PPV)	Entre los 18 y 49 años, una o dos dosis. Mayores de 50 años, una dosis. Una o dos dosis para personas con alto riesgo de complicaciones de infección. Hable con su médico.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Exámenes de detección recomendados para adultos, vacunas y asesoramiento para hombres y mujeres mayores de 18 años (cont.)												
Procedimiento	Comentarios	18	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70+
Vacuna contra el tétanos y la difteria (Td/ Tdap)	Cada 10 años para los adultos que completaron la serie primaria y si la última vacuna fue recibida hace 10 años o más, sustituya un solo refuerzo de Td.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Vacuna contra la varicela (VZV)	Dos dosis para los susceptibles con falta de inmunidad. Susceptible: Personas de 13 años o más que no han recibido la vacuna y no han tenido varicela.	✓	Cobertura hasta los 26 años									
Vacuna contra la hepatitis A (Beneficio preventivo para menores de 18 años)	Para personas en riesgo, están cubiertas dos dosis bajo el beneficio médico si tienen 18 años o más. Hable con su médico. No se requiere autorización previa.											
Vacuna meningocócica	Una o más dosis para personas de alto riesgo. Hable con su médico.	✓	Cobertura hasta los 25 años									
Vacuna contra el virus del papiloma humano	Se cubren tres dosis para mujeres de 9 a 26 años y para hombres de 9 a 21 años. Los hombres de 22 a 26 años de edad están cubiertos si están en alto riesgo.	✓	Ver Comentarios									
Detección del cáncer colorrectal	Prueba de detección desde los 45 hasta los 75 años de edad. Anualmente si se hacen pruebas de sangre oculta en heces. Cada 5 años si se hacen la sigmoidoscopia flexible. Cada 10 años si se hacen la colonoscopia.						✓	✓	✓	✓	✓	✓
Asesoramiento sobre el uso de aspirinas / enfermedades cardiovasculares	Recomendado para ciertos pacientes de 45 años o más para obtener asesoramiento de un médico de atención primaria, o el uso de aspirina en la prevención de enfermedades cardiovasculares. Para las personas en alto riesgo, hable con su médico sobre la aspirina y las alternativas de bajo riesgo.						✓	✓	✓	✓	✓	✓
Vacuna Zoster (Shingrix)	A partir de los 50 años - dos dosis.							✓	✓	✓	✓	✓
Pruebas de detección del VIH y asesoramiento	Realice pruebas de detección para adolescentes y adultos que estén en mayor riesgo.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Prueba de detección de hepatitis C	Realice pruebas de detección para adolescentes y adultos que estén en mayor riesgo.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Exámenes de detección recomendados para hombres mayores de 18 años

Procedimiento	Comentarios	18	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70+
Antígeno prostático específico con Examen rectal digital	La cobertura es requerida anualmente por la ley estatal a partir de los 40 años de edad. Muchas autoridades recomiendan no realizar exámenes de rutina. Hable con su médico.					✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Detección de aneurisma aórtico abdominal	Examen de detección recomendado para el aneurisma aórtico abdominal en hombres de 65 a 75 años de edad que hayan fumado alguna vez.										✓	✓
Prueba de colesterol total	Recomendada para hombres de 35 años en adelante y hombres de 20 a 34 años si tienen un mayor riesgo de enfermedad de las arterias coronarias.				✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Exámenes de detección recomendados para mujeres mayores de 18 años

Procedimiento	Comentarios	18	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70+
Revisión de la mujer sana	Recomendado para todas las mujeres, con visitas suficientes cada año para obtener todos los servicios de atención preventiva requeridos.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Examen de senos	Uno por año natural.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Detección del cáncer de cuello uterino (frotis de Papanicolaou: si el cuello uterino no se extirpa mediante histerectomía)	El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos (United States Preventive Services Task Force, USPSTF) recomienda la detección en mujeres de 21 a 65 años de edad con citología (frotis de Papanicolaou) cada tres años, o para mujeres de 30 a 65 años de edad que desean alargar el intervalo de detección, la detección con una combinación de citología y pruebas del virus del papiloma humano (VPH) cada 5 años.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Detección de infecciones de transmisión sexual	Recomendado para mujeres sexualmente activas hasta los 25 años o si están embarazadas.	✓	✓									
Detección violencia familiar/asesoramiento	Pruebas de detección y asesoramiento de rutina recomendadas por un médico de atención primaria de la red cubierto como parte del beneficio de atención primaria preventiva.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Métodos anticonceptivos y asesoramiento aprobados por la Administración de Drogas y Alimentos (Food and Drug Administration, FDA)	Pruebas de detección y asesoramiento de rutina recomendadas por un médico de atención primaria de la red.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Exámenes de detección recomendados para mujeres mayores de 18 años

Procedimiento	Comentarios	18	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70+
Mamografía	Mamografía de detección recomendada para todas las mujeres adultas de riesgo estándar cada uno o dos años a partir de los 40 años de edad o según las indicaciones de su médico.					√	√	√	√	√	√	√
Examen de osteoporosis	Se recomienda la detección de rutina para las mujeres de 65 años de edad y mayores.										√	√
Prueba de colesterol total	Recomendado para mujeres de 45 años en adelante y para mujeres de 20 a 44 años si tienen un mayor riesgo de enfermedad de las arterias coronarias.						√	√	√	√	√	√

Pruebas de detección recomendadas para adultos para mujeres embarazadas o que estén considerando quedar embarazadas

Procedimiento	Comentarios	18	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70+	
Asesoramiento, equipo y suministros para la lactancia materna y posparto	Recomendado como parte del asesoramiento pre/post natal para mujeres embarazadas, con alquiler o compra de ciertos equipos de lactancia a través de vendedores aprobados.	No relacionado con la edad											
Rubéola, Anemia por Deficiencia de Hierro, Infección del Tracto Urinario, Hepatitis B, Tipo de Sangre y Examen de Incompatibilidad RH(D)	Recomendado para mujeres embarazadas en la primera visita prenatal sin pruebas de detección previas, prueba de inmunización o inmunidad o en mayor riesgo.	No relacionado con la edad											
Detección de la diabetes gestacional	Recomendado para todas las mujeres embarazadas entre las 24 y 28 semanas y para aquellas en alto riesgo durante la primera visita prenatal.	No relacionado con la edad											
Ácido fólico - Dosis recomendada es 0.4-0.8 mg diarios	Recomendado para mujeres adultas en edad fértil a partir de los 18 años que estén pensando en quedar embarazadas.	No relacionado con la edad											
Prueba de detección del VIH	Recomendado para todas las mujeres embarazadas.	No relacionado con la edad											

Vacunas para niños cubiertas por QualChoice	
Desde el nacimiento hasta los 24 meses:	
Difteria, tétanos, tos ferina (DTaP)	Difteria, tétanos y tos ferina (tos ferina)
Haemophilus influenza tipo b (Hib)	Infecciones de la sangre, el cerebro, las articulaciones o los pulmones (neumonía)
Hepatitis A (Hep A)	Virus de la hepatitis A (inflamación del hígado)
Hepatitis B (Hep B)	Virus de la hepatitis B (inflamación crónica del hígado, complicaciones de por vida)
Polio Inactivada (Inactivated Polio, IPV)	Polio
Influenza (vacuna contra la gripe)	Gripe y complicaciones
Sarampión, paperas, rubéola (MMR)	Sarampión, paperas y rubéola (sarampión alemán)
Neumocócica (PCV)	Infecciones de la sangre, el cerebro, las articulaciones, los oídos internos o los pulmones (neumonía)
Rotavirus (nacimiento - 9 meses)	Rotavirus (diarrea y vómitos)
Varicela	Varicela
De 2 a 11 años:	
Refuerzo de difteria, tétanos y tos ferina (DTap/TDap/TDD)	Difteria, tétanos y tos ferina (tos ferina)
Hepatitis A (Hep A)	Virus de la hepatitis A (inflamación del hígado)
Hepatitis B (Hep B)	Virus de la hepatitis B (inflamación crónica del hígado, complicaciones de por vida)
Virus del papiloma humano (Human Papillomavirus, HPV)	Virus del papiloma humano (Mujeres sólo a partir de los 9 años)
Polio Inactivada (IPV)	Polio
Influenza (vacuna contra la gripe)	Gripe y complicaciones
Sarampión, paperas, rubéola (MMR)	Sarampión, paperas y rubéola (sarampión alemán)
Meningocócica	Enfermedad meningocócica, meningitis
Neumocócica (PCV)	Infecciones de la sangre, el cerebro, las articulaciones, los oídos internos o los pulmones (neumonía)
Varicela	Varicela
De 12 a 17 años:	
Refuerzo de difteria, tétanos y tos ferina (DTap/TDap/TDD)	Difteria, tétanos y tos ferina (tos ferina)
Hepatitis A (Hep A)	Virus de la hepatitis A (inflamación del hígado)
Hepatitis B (Hep B)	Virus de la hepatitis B (inflamación crónica del hígado, complicaciones de por vida)
Virus del papiloma humano (HPV)	Virus del papiloma humano (Mujeres sólo a partir de los 9 años)
Influenza (vacuna contra la gripe)	Gripe y complicaciones
Sarampión, paperas, rubéola (MMR)	Sarampión, paperas y rubéola (sarampión alemán)
Meningocócica	Enfermedad meningocócica, meningitis
Neumocócica (Pneumococcal, PCV)	Infecciones de la sangre, el cerebro, las articulaciones, los oídos internos o los pulmones (neumonía)
Varicela	Varicela