



Trabajar juntos por su salud

Consejos para mantener una buena salud: chequeos, pruebas de detección e inmunizaciones

2023

Referencia

Recomendadas

Estas recomendaciones, basadas en los lineamientos establecidos por el Grupo de Trabajo sobre Servicios Preventivos de los Estados Unidos (USPSTF, por sus siglas en inglés) y el Comité Asesor sobre Prácticas de Inmunización (ACIP, por sus siglas en inglés), se han identificado como aquellas sobre las que se tiene una certeza alta de que ofrecen a los pacientes un beneficio neto de moderado a sustancial, por lo que es conveniente hacerlas.

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el médico y el paciente

Las pruebas opcionales son adecuadas para algunos pacientes. Converse con su equipo médico para saber si alguna de ellas podría ser beneficiosa para su salud.

Estos lineamientos podrían ser distintos para pacientes con riesgos de salud personales o familiares, o que tomen determinados medicamentos.

Podría haber recomendaciones específicas o recomendaciones adicionales para determinados pacientes que pertenecen a grupos de alto riesgo o que corren un riesgo especial. Consulte a su médico.

Nuevo = Lineamientos actualizados o modificados para 2023

Manténgase actualizado

Durante el año se pueden modificar las recomendaciones. Utilice un dispositivo móvil para escanear y ver las recomendaciones más recientes en sutterhealth.org.



2200 River Plaza Drive
Sacramento, CA 95833
sutterhealth.org

22-SHSO-0001542

Desde el nacimiento hasta los 17 años

Chequeos

Visitas a los 1, 2, 4, 6, 9, 12, 15 y 18 meses de vida. Visitas anuales entre los 2 y los 17 años, incluida una visita a los 30 meses.

Pruebas de detección

Vista: Al menos una vez entre los 3 y los 5 años.

Obesidad: Comenzar a controlar a partir de los 6 años.

Clamidia y gonorrea: Hacer un chequeo anual en mujeres sexualmente activas de entre 16 y 24 años.

VIH: A partir de los 15 años, comenzar antes si hay riesgo.

Presión arterial: Chequeo anual a partir de los 3 años.

Inmunizaciones

La serie de vacunas que se administra a los dos meses se puede comenzar a partir de las 6 semanas.

Edad	Meses							Años				
	Nacimiento	1	2	4	6	12	15	18	2	4-5	11	16
Hepatitis B	●	●			●							
Haemophilus influenzae tipo B (Hib)			●	●	●	●						
Poliomielitis		●	●	●							●	
Difteria, tétanos y pertussis acelular		●	●	●	●		●				●	
Rotavirus		●	●	●	●							
Neumococo		●	●	●	●							
Tétanos, difteria y tos ferina (Tdap) o tétanos y difteria (Td)												●
Sarampión, paperas y rubéola						●					●	
Varicela						●					●	
Hepatitis A						●						
Influenza (anual)				●				●	●	●	●	●
Antimeningocócica conjugada											●	●
Virus del papiloma humano (VPH)												●

Nuevo **COVID:** Todas las edades elegibles deberían recibir la vacuna, las dosis recomendadas en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC.

Nuevo **Antineumocócica:** En pacientes menores de 19 años, se pueden usar las vacunas antineumocócicas PCV15 o PCV13 para completar la vacunación según lo establecido actualmente.

Virus del papiloma humano (VPH): Entre los 11 y los 14 años se debería recibir una serie de dos dosis (se puede comenzar a los 9 años). Entre los 15 y los 26 años se debería recibir una serie de tres dosis.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de tabaco, incluido del vapeo con cigarrillos electrónicos: A partir de los 11 años.

Depresión: A partir de los 12 años.

Violencia doméstica: A partir de los 12 años.

Infecciones de transmisión sexual: A partir de los 11 años.

Cáncer de piel: A partir de los 6 años.

Nuevo **Ansiedad:** A partir de los 8 años.

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el médico y el paciente

Vacuna contra el meningococo B: Entre los 16 y los 23 años.

Entre los 18 y los 39 años

Chequeo de rutina

Controlar la presión arterial, determinar si su peso es saludable y hacer una evaluación general de la salud.

Pruebas de detección

VIH: Hacer prueba de detección entre los 15 y los 65 años.

Hepatitis C: Hacer un chequeo entre los 18 y los 79 años.

Obesidad: Control periódico durante la edad adulta.

Diabetes: Pruebas de detección según los factores de riesgo.

Presión arterial: Chequeo cada tres a cinco años (una vez al año si hay factores de riesgo).

Inmunizaciones

Nuevo **COVID:** Todas las edades elegibles deberían recibir la vacuna, las dosis recomendadas en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC.

Influenza (gripe): Vacuna contra la gripe anual.

Hepatitis B: Todos los adultos de entre 19 y 59 años y de 60 años o más con factores de riesgo de hepatitis B deben recibir dos, tres o cuatro dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la vacuna o el estado del paciente.

Herpes zóster (culebrilla): Todos los adultos de 50 años o más y de entre 19 y 49 años con enfermedades inmunodepresoras deben recibir una serie de dos dosis de la vacuna.

Varicela: Una vacuna para los adultos nacidos en 1980 o después.

VPH (virus del papiloma humano): Entre los 15 y los 26 años se debería recibir una serie de tres dosis.

Sarampión, paperas y rubéola (MMR, por sus siglas en inglés): Los adultos de entre 19 y 39 años deberían tener en su registro al menos una dosis de esta vacuna.

Tdap/Td (tétanos, difteria y tos ferina/tétanos y difteria): Los adultos menores de 65 años deberían recibir una dosis de Tdap y luego un refuerzo de Td o Tdap cada 10 años.

Nuevo **Antineumocócica:** Para pacientes con determinadas enfermedades subyacentes, serie completa de la vacuna con las vacunas antineumocócicas 15 valente y 23 valente o con la vacuna antineumocócica 20 valente únicamente.

Salud de la mujer

Clamidia y gonorrea: Hacer un chequeo anual a mujeres sexualmente activas de entre 16 y 24 años.

Opciones de pruebas de detección del cáncer de cuello uterino: Prueba de Papanicolaou cada tres años a partir de los 21 años. Las mujeres de 30 años o más tienen la opción de hacerse una prueba del VPH de alto riesgo, con o sin una prueba de Papanicolaou, cada cinco años.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de alcohol

Consumo de tabaco, incluido del vapeo con cigarrillos electrónicos

Depresión

Violencia doméstica

Consumo de drogas nocivas para la salud

Infecciones de transmisión sexual

Cáncer de piel

Nuevo **Ansiedad:** Chequeo a partir de los 18 años.

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el médico y el paciente

Vacuna contra el meningococo B: Entre 16 y 23 años.

Vacuna contra el VPH: Entre los 27 y los 45 años.

Entre los 40 y los 49 años

Chequeo de rutina

Controlar la presión arterial, determinar si su peso es saludable y hacer una evaluación general de la salud.

Pruebas de detección

Colesterol: Chequeo cada 5 años.

VIH: Hacer prueba de detección entre los 15 y los 65 años.

Hepatitis C: Hacer un chequeo entre los 18 y los 79 años.

Obesidad: Control periódico durante la edad adulta.

Diabetes: Pruebas de detección según los factores de riesgo.

Cáncer de colon: Opciones de pruebas de detección preferidas – A partir de los 45 años, una colonoscopia cada 10 años, una prueba inmunoquímica fecal (FIT, por sus siglas en inglés) cada año o una sigmoidoscopia cada 10 años con una prueba FIT anual. Otras opciones – Una colonografía por tomografía computarizada cada cinco años o una prueba FIT/prueba de ADN en heces cada tres años.

Presión arterial: Chequeo anual.

Inmunizaciones

Nuevo **COVID:** Todas las edades elegibles deberían recibir la vacuna, las dosis recomendadas en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC.

Influenza (gripe): Vacuna contra la gripe anual.

Hepatitis B: Todos los adultos de entre 19 y 59 años y de 60 años o más con factores de riesgo de hepatitis B deben recibir dos, tres o cuatro dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la vacuna o el estado del paciente.

Herpes zóster (culebrilla): Todos los adultos de 50 años o más y de entre 19 y 49 años con enfermedades inmunodepresoras deben recibir una serie de dos dosis de la vacuna.

Sarampión, paperas y rubéola (MMR, por sus siglas en inglés): Los adultos de entre 40 y 49 años deberían tener en su registro al menos una dosis de esta vacuna.

Tdap/Td (tétanos, difteria y tos ferina/tétanos y difteria): Los adultos menores de 65 años deberían recibir una dosis de Tdap y luego un refuerzo de Td o Tdap cada 10 años.

Nuevo **Antineumocócica:** Para pacientes con determinadas enfermedades subyacentes, serie completa de la vacuna con las vacunas antineumocócicas 15 valente y 23 valente o con la vacuna antineumocócica 20 valente únicamente.

Salud de la mujer

Opciones de pruebas de detección del cáncer de cuello uterino: Prueba de Papanicolaou cada tres años o prueba de detección del VPH de alto riesgo con o sin una prueba de Papanicolaou cada cinco años.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de alcohol

Consumo de tabaco, incluido del vapeo con cigarrillos electrónicos

Depresión

Violencia doméstica

Consumo de drogas nocivas para la salud

Infecciones de transmisión sexual

Cáncer de piel

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el médico y el paciente

Vacuna contra el VPH: Entre los 27 y los 45 años.

Detección del cáncer de mama: Entre los 40 y los 49 años.

Entre los 50 y los 74 años

75 años o más

Chequeo de rutina

Controlar la presión arterial, determinar si su peso es saludable y hacer una evaluación general de la salud.

Pruebas de detección

Colesterol: Chequeo cada 5 años.

VIH: Hacer prueba de detección entre los 15 y los 65 años.

Hepatitis C: Hacer un chequeo entre los 18 y los 79 años.

Obesidad: Control periódico durante la edad adulta.

Diabetes: Pruebas de detección según los factores de riesgo.

Cáncer de colon: Opciones de pruebas de detección preferidas – Una colonoscopia cada 10 años, una prueba inmunoquímica fecal (FIT, por sus siglas en inglés) cada año o una sigmoidoscopia cada 10 años con una prueba FIT anual. Otras opciones - Una colonografía por tomografía computarizada cada cinco años o una prueba FIT/prueba de ADN cada tres años.

Cáncer de pulmón: Hacer un chequeo anual a adultos de 50 a 80 años que hayan fumado 20 paquetes de cigarrillos por año Y que continúen fumando o hayan dejado de fumar en los últimos 15 años.

Presión arterial: Chequeo anual.

Inmunizaciones

Nuevo COVID: Todas las edades elegibles deberían recibir la vacuna, las dosis recomendadas en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC.

Influenza (gripe): Vacuna contra la gripe anual.

Hepatitis B: Todos los adultos de entre 19 y 59 años y de 60 años o más con factores de riesgo de hepatitis B deben recibir dos, tres o cuatro dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la vacuna o el estado del paciente.

Sarampión, paperas y rubéola (MMR, por sus siglas en inglés): Los adultos de entre 50 y 59 años deberían tener en su registro al menos una dosis de esta vacuna.

Tdap/Td (tétanos, difteria y tos ferina/tétanos y difteria): Refuerzo de Tdap o Td cada 10 años.

Herpes zóster (culebrilla): Todos los adultos de 50 años o más deberían recibir dos dosis de la vacuna.

Nuevo Antineumocócica: Para pacientes de 65 años o más, o pacientes de 50 a 64 años con determinadas enfermedades subyacentes, serie completa de la vacuna con las vacunas antineumocócicas 15 valente y 23 valente o con la vacuna antineumocócica 20 valente únicamente.

Salud de la mujer

Opciones de pruebas de detección del cáncer de cuello uterino: Prueba de Papanicolaou cada tres años o prueba de detección del VPH de alto riesgo, con o sin una prueba de Papanicolaou, cada cinco años hasta los 65 años.

Cáncer de mama: Mamografía cada dos años.

Densidad ósea: Comenzar a controlar a partir de los 65 años.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de alcohol

Consumo de tabaco, incluido del vapeo con cigarrillos electrónicos

Depresión

Violencia doméstica

Prevención de caídas: A partir de los 65 años.

Consumo de drogas nocivas para la salud

Infecciones de transmisión sexual

Cáncer de piel

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el médico y el paciente

Prueba de detección del aneurisma aórtico abdominal: Hombres de entre 65 y 75 años.

Prueba de detección del cáncer de próstata: Entre los 55 y los 69 años.

Chequeo de rutina

Controlar la presión arterial, determinar si su peso es saludable y hacer una evaluación general de la salud.

Pruebas de detección

Hepatitis C: Hacer un chequeo entre los 18 y los 79 años.

Obesidad: Control periódico durante la edad adulta.

Cáncer de pulmón: Hacer un chequeo anual a adultos de 50 a 80 años que hayan fumado 20 paquetes de cigarrillos por año Y que continúen fumando o hayan dejado de fumar en los últimos 15 años.

Presión arterial: Chequeo anual.

Inmunizaciones

Nuevo COVID: Todas las edades elegibles deberían recibir la vacuna, las dosis recomendadas en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC.

Influenza (gripe): Vacuna contra la gripe anual.

Hepatitis B: Todos los adultos de entre 19 y 59 años y de 60 años o más con factores de riesgo de hepatitis B deben recibir dos, tres o cuatro dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la vacuna o el estado del paciente.

Tdap/Td (tétanos, difteria y tos ferina/tétanos y difteria): Refuerzo de Tdap o Td cada 10 años.

Herpes zóster (culebrilla): Todos los adultos de 50 años o más deberían recibir dos dosis de la vacuna.

Nuevo Antineumocócica: Serie completa con las vacunas antineumocócicas 15 valente y 23 valente o con la vacuna antineumocócica 20 valente únicamente.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de alcohol

Consumo de tabaco, incluido del vapeo con cigarrillos electrónicos

Depresión

Violencia doméstica

Prevención de caídas: A partir de los 65 años.

Consumo de drogas nocivas para la salud

Infecciones de transmisión sexual

Cáncer de piel

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el médico y el paciente

Prueba de detección del aneurisma aórtico abdominal: Hombres de entre 65 y 75 años.

Detección del cáncer de colon: Entre los 76 y los 85 años.

Prueba de detección del cáncer de mama: A partir de los 75 años.