

# Exploraciones de salud por edad

oscar

Cuidar de su salud no debería ser un juego de adivinanzas. Por eso, hemos simplificado el proceso para que pueda hacerlo de la forma más directa y proactiva.

## A los 20 años

### FRECUENCIA DE LAS PRUEBAS:

Examen de detección del cáncer de cuello uterino  
Prueba de detección del VPH

Prueba de Papanicolaou, cada 3 años

## A los 30 años

### FRECUENCIA DE LAS PRUEBAS:

Examen de detección de prediabetes y diabetes tipo 2

Cada 3 años

## A partir de los 40 años

### FRECUENCIA DE LAS PRUEBAS:

Mamografía

Anualmente

Colonoscopia

Cada 10 años

Prueba de colesterol

Cada 4 a 6 años

Examen de detección de cáncer de piel

Anual

Prueba de hipertensión

Anual

## A partir de los 50 años

### FRECUENCIA DE LAS PRUEBAS:

Examen de detección de cáncer de pulmón  
Para adultos de entre 50 y 80 años con un historial de tabaquismo de 20 paquetes/año, que fuman actualmente o han dejado de fumar en los últimos 15 años

Anual

## A partir de los 60 años

### FRECUENCIA DE LAS PRUEBAS:

Examen de osteoporosis y densidad ósea  
Las mujeres posmenopáusicas menores de 65 años deben someterse a un examen si una herramienta de riesgo validada indica un riesgo elevado de fractura

Cada 1-5 años

## Mujeres de todas las edades

### FRECUENCIA DE LAS PRUEBAS:

Evaluación del riesgo genético de BRCA  
Mujeres con antecedentes personales o familiares de cáncer de mama, de ovario, de trompas o peritoneal, o con ascendencia judía ashkenazí

Una vez para determinar el riesgo

Prueba de hipertensión

Anual

Evaluaciones de salud mental

Periódicamente, aunque se recomienda anualmente

Pruebas de ITS, ETS y VIH

Periódicamente, aunque se recomienda anualmente si existe riesgo

Evaluaciones de violencia de pareja

Periódicamente en las visitas preventivas

Abuso de alcohol o consumo nocivo

Periódicamente en las visitas preventivas

Obesidad

Anualmente

Tenga en cuenta que sus beneficios pueden variar según el plan y el año del plan. Consulte su Resumen de beneficios y cobertura (SBC) y otros documentos del plan, para el año actual del plan, en [holaoscar.com/forms](https://holaoscar.com/forms) para más información.

Las pautas de pruebas de detección que se ofrecen se basan en los últimos estándares médicos para personas con riesgo medio. Factores como los antecedentes familiares, el riesgo genético y las afecciones médicas preexistentes pueden modificar significativamente la frecuencia y el momento de realización de estas pruebas. Esta información tiene fines meramente informativos y no sustituye el asesoramiento médico profesional. Consulte siempre a su médico primario o especialista para determinar el calendario de pruebas de detección más adecuado para usted.

<https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/>  
<https://www.cdc.gov/cholesterol/testing/index.html>  
<https://cancerblog.mayoclinic.org/2024/07/11/who-should-be-screened-for-skin-cancer/>

