

¿Por qué es la asistencia médica rutinaria tan importante?

Hay ciertas inmunizaciones y exámenes que son esenciales para la salud de la persona desde el nacimiento hasta que muera. Estos cuidados rutinarios asegurarán que usted y su familia sean protegidos de ciertas enfermedades mortales y es importante chequearse regularmente para cualquier anomalías de la salud. Es muy importante aprender acerca de estos exámenes y mantener un registro actualizado de las inmunizaciones que usted ha recibido y los resultados de alguna prueba médica. Este folleto debe de ser utilizado simplemente como una guía al cuidado más esencial rutinario. Es una buena idea hablar con su doctor(a) sobre su salud.



Recursos

Centro de Prevención y Control de Enfermedades
www.cdc.gov
(404) 639-3311

Coalición de Acción de inmunización
www.immunize.org
(651) 647-9009

La Salud de los Niños
www.kidshealth.org

Departamento de Salud de los Estados Unidos
y de los Servicios Humanitarios
www.hhs.gov
(877)-696-6775

Clinica Al-Shifa

Email: alshifa@u.washington.edu
Website: <http://students.washington.edu/alshifa>

Cuidados Rutinarios

*Una guía esencial de la salud
atraves de los años*



El Cuidado rutinario para los infantes y Niños

Edades: 1 mes a 10 años

Inmunizaciones:

1-18 meses: La serie de la hepatitis B (3 inyecciones)

6-18 meses: vacuna contra el Poliovirus desactivado (IPV)

6 meses a 3 años: vacuna contra la influenza (anual)

12-15 meses: vacuna contra la influenza de Haemophilus tipo B (Hib)

12-15 meses: vacuna contra neumocóccicos

12-15 meses o 4-6 años: vacuna contra el sarampión, paperas, la rubéola (MMR)

12-15 meses o 4-6 años: vacuna contra la varicela

12-23 meses: vacuna contra la hepatitis A (2 dosis)

15-18 meses: vacuna contra la difteria, el tétano y pertussis

Los exámenes:

Cada 6 meses a 1 año tener un examen dental.

Todos los años:

- chequeo de altura y peso
- examen físico
- examen de la visión



El Cuidado rutinario para Adolescentes

Edades 11 a 17 años

Inmunizaciones:

11-17 años, para mujeres solamente: HPV (Gardasil)

11-12 años: cada 10 años vacuna del Tétano Meningococo.

La serie de la hepatitis B si no lo ha completado

Cada 6 meses a 1 año necesita examen dental.

Cada año:

- chequeo de peso y altura
- examen físicos
- examen de la visión

El Cuidado rutinario para Adultos

Edades 18 a 40 años

Inmunizaciones:

Cada 10 años la vacuna contra el tétano.

Exanimaciones:

Cada 6 meses a 1 año tener examen dental.

Todos los años:

- Examen vaginal y del seno
- prueba para infecciones transmitidas sexualmente
- Examen físico

Cada 2 a 3 años:

- chequeo de altura y peso
- examen de alta presión
- examen de la visión

El Cuidado rutinario para Adultos

Edades 41 años y mayor

Inmunizaciones:

Cada 10 años vacuna contra el tétano.

Cada año vacuna contra la influenza, especialmente para adultos con más de 50 años de edad.

Las mujeres: Cada 6 meses a 1 año tener examen dental.

Todos los años:

- examen vaginal y del seno
- Prueba para infecciones transmitidas sexualmente

Cada 3 a 5 años:

- Chequeo del colesterol
- chequeo de nivel de azúcar en la sangre
- cheque de los oídos y la visión (con un chequeo para la glaucoma)

Cada 5 a 10 años:

- chequeo de cáncer en el colon
- fecal oculto
- Anual, análisis de sangre fecal
- sigmoidoscopia flexible cada 5 años
- colonoscopia cada 10 años

Los hombres:

Todos los años: - chequeo para el cáncer de la próstata

- fecal oculto
- análisis de sangre fecal
- prueba para Infecciones Transmitidas sexualmente

Cada 1 a 3 años: - Conteo del nivel de sangre, colesterol, y el nivel de azúcar en la sangre

- chequeo de la visión (con un chequeo para la glaucoma)

Cada 5 a 10 años:

- chequeo de cáncer en el colon
- sigmoidoscopia flexible cada 5 años
- colonoscopia cada 10 años