

Manténgase un paso adelante con la atención preventiva



Lista de verificación de la atención preventiva para adultos de 65 años o más

Utilice esta lista de verificación para tener en cuenta las pruebas de detección y las visitas.

✓ QUÉ	QUIÉN/CUÁNDO	POR QUÉ
 Visita anual de bienestar	Una vez al año	Durante esta visita, puede hablar acerca del ejercicio, la dieta, el sueño, los medicamentos y su estado de ánimo. Debe mencionar cualquier problema de vejiga o preocupación por las caídas. También hablará sobre las pruebas de detección o vacunas que deba realizarse o aplicarse. Obtenga más información.
 Prueba de control de la presión arterial	Una vez al año	La medición de la presión arterial proporciona información importante sobre el riesgo de accidente cerebrovascular y ataque cardíaco.
 Prueba de densidad mineral ósea (Bone Mineral Density, BMD)	Mujeres mayores de 65 años	Hay muchos factores que pueden ponerle en riesgo de osteoporosis y fracturas óseas. Una prueba de BMD comprueba la salud ósea. Puede encontrar osteoporosis y ver si está en riesgo de sufrir una fractura.
 Prueba de colesterol	Una vez al año	El colesterol alto no tiene síntomas. Pero el exceso de colesterol dificulta que la sangre fluya por el cuerpo.
 Prueba de detección de diabetes	Una vez al año	Hay muchas maneras de prevenir y controlar la diabetes o la prediabetes si conoce su riesgo.
 Vacunas	- Según las indicaciones de su proveedor de atención médica o en función de su riesgo personal para la salud - Se recomienda una vacuna contra el herpes zóster para personas mayores de 50 años	Las vacunas salvan vidas. La mayoría de las vacunas no tienen costo, incluidas las que previenen la COVID-19, la gripe y la neumonía.
 Examen de la visión	A partir de los 65 años, cada uno o dos años	Muchos problemas oculares se desarrollan sin síntomas. Los exámenes oculares regulares pueden ayudar a detectar enfermedades en forma temprana, cuando el tratamiento es más eficaz.
 Prueba de audición	Prueba inicial a los 65 años de edad y controlada nuevamente cada tres o cuatro años	La hipoacusia puede tener un impacto negativo en casi todos los aspectos de su vida y está relacionada con la salud cerebral, la depresión y el aumento del riesgo de caídas.

	Examen de detección de aneurisma aórtico abdominal (AAA)	Ecografía de detección por única vez para hombres de 65 a 75 años de edad que alguna vez hayan fumado	La mayoría de las AAA no presentan síntomas hasta que se rompen, lo que puede provocar una muerte repentina. La detección temprana permite realizar un seguimiento o una intervención quirúrgica antes de que se produzca la rotura.
---	--	---	--

✓ QUÉ	QUIÉN/CUÁNDO	POR QUÉ
--------------	---------------------	----------------

Las pruebas de detección del cáncer pueden ayudar a detectar el cáncer de forma temprana, cuando el tratamiento es más eficaz. Las pruebas de detección del cáncer varían según el sexo, la edad y los factores de riesgo de salud personal. Hable con su proveedor acerca de las pruebas de detección que podría tener que realizarse.

	Salud mamaria/ mamografía	A partir de los 40 años de edad, cada uno o dos años hasta los 74 años (antes o con más frecuencia si el riesgo es mayor)	Una mamografía es una radiografía del tejido mamario que puede mostrar cambios en la mama que pueden ser cáncer.
	Prueba de detección de cáncer colorrectal	Personas de 45 a 75 años de edad (antes si hay mayor riesgo), cada uno a 10 años según el tipo de prueba de detección (o el riesgo para la salud)	Las pruebas especiales pueden detectar el cáncer colorrectal en forma temprana, lo que facilita el tratamiento. Hable con su médico sobre si la detección en casa es adecuada para usted.
	Prueba de detección de cáncer de pulmón	Personas de 50 a 80 años de edad que son fumadores empedernidos (antecedentes de 1 paquete al día por 20 años*), que actualmente fuman o que han dejado de fumar en los últimos 15 años	Las personas que fuman, especialmente los fumadores empedernidos, tienen un alto riesgo de padecer cáncer de pulmón.
	Prueba de detección de cáncer de próstata	Hombres de 55 a 69 años	Con la edad, la próstata puede aumentar de tamaño y disminuir el flujo de orina. Hable con su médico para decidir si la prueba de detección es adecuada para usted.

*Se utiliza la medida de paquetes al año para describir cuántos cigarrillos ha fumado en su vida, y un paquete corresponde a 20 cigarrillos. Por ejemplo, fumar un paquete de cigarrillos al día durante 20 años o fumar dos paquetes durante 10 años.

Si necesita ayuda para programar su visita anual de bienestar, programar otros servicios de atención preventiva o si tiene preguntas sobre su plan de salud, llame al Centro de Servicios a los Afiliados de MVP Medicare al **1-800-665-7924** (TTY 711). Si tiene un plan MVP DualAccess, llame al **1-866-954-1872** (TTY 711).

Del 1 de octubre al 31 de marzo, llame los 7 días de la semana de 8 am a 8 pm, hora del este.

Del 1 de abril al 30 de septiembre, llame de lunes a viernes, de 8 am a 8 pm, hora del este.

MVP cubre los servicios de atención preventiva. Consulte su Evidencia de Cobertura (Evidence of Coverage, EOC) para conocer los detalles del plan de beneficios.

MVP Health Plan, Inc. cumple con las leyes federales sobre derechos civiles. MVP Health Plan, Inc. no excluye a las personas ni las trata de manera diferente debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo (incluida la orientación sexual e identidad de género).