



UNA SIMPLE  
CITA CON EL  
MÉDICO DE  
CABECERA

# POR UNA BUENA PREVENCIÓN EL CHEQUEO PARA ADULTOS

## INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

### ¿POR QUÉ LA PREVENCIÓN ES TAN IMPORTANTE?

¿Se siente en forma y quiere seguir así? Consulte entonces a su médico acerca del chequeo, ya que esto le ayudará a identificar prematuramente enfermedades frecuentes como las de origen cardiovascular o la diabetes y sus factores de riesgo.

### PARA TODAS LAS PERSONAS A PARTIR DE LOS 18 AÑOS

Entre los 18 y los 35 años de edad, como titular de un seguro obligatorio de enfermedad, usted tiene derecho a un chequeo médico. A partir de los 35 años, puede realizar el reconocimiento cada tres años.

A través de este chequeo, sus riesgos y cargas para la salud son registrados y evaluados por su médico. En una consulta posterior, recibirá consejos que le ayudarán a mantenerse saludable.

### LO QUE INCLUYE EL CHEQUEO

#### Conversación

El chequeo comienza con una conversación, la llamada anamnesis. El médico le entrevista sobre enfermedades padecidas anteriormente y enfermedades de los miembros de la familia, así como eventuales molestias. Asimismo, el médico verifica su estado de vacunación.

#### Reconocimiento

A continuación, se realiza:

- Un examen físico completo: se examinan el corazón, los pulmones, la cabeza, el cuello, el abdomen, la columna vertebral, el aparato locomotor, el sistema nervioso y los órganos sensoriales, con el fin de detectar hallazgos desviados o patológicos.
- Medición de la presión arterial: junto con el nivel de colesterol, la presión arterial puede indicar riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares como la arterioesclerosis (calcificación de vasos) o un infarto de miocardio.
- Toma de una muestra de sangre: ésta se evalúa posteriormente en el laboratorio y proporciona información sobre los niveles de colesterol y de glucosa en la sangre. Sobre la base de estos valores, el médico puede detectar, por ejemplo, si existe indicio de diabetes.

Para los titulares de seguro médico menores de 35 años, los análisis de sangre solo se realizan en caso de perfil de riesgo correspondiente, es decir, sobrepeso, hipertensión o afecciones familiares preexistentes.

Adicionalmente, para titulares de seguro médico a partir de los 35 años:

- El examen de orina: indicios sobre enfermedades renales y de la vejiga, pero también de diabetes, se pueden leer en la tira reactiva de la muestra de orina.
- **Nuevo:** Detección única de hepatitis B y C: el análisis de sangre sirve al tratamiento de infecciones no detectadas en una fase temprana para prevenir efectos a largo plazo.

#### Asesoramiento

Finalmente, el médico le informa sobre los resultados del chequeo y crea un perfil de riesgo individual exclusivo de su persona. Además, le da consejos para un estilo de vida saludable. En caso de sospecha o diagnóstico de una enfermedad, se efectuarán exámenes de seguimiento o se aplicará el tratamiento correspondiente.

## CHEQUEO: VENTAJAS

- Obtendrá rápida y fácilmente una visión general de su estado de salud.
- Su médico podrá aconsejarlo mejor basándose en los hallazgos del chequeo.
- Recibirá consejos para llevar una vida sostenible y saludable.

## CÓMO OBTENER EL CHEQUEO

Para realizar el chequeo, concierte una simple cita con el médico de cabecera. ¡Cuanto antes, mejor!

## LAS ASOCIACIONES REGIONALES Y LA ASOCIACIÓN FEDERAL DE MÉDICOS DE LAS CAJAS MUTUAS DE ENFERMEDAD

Alrededor de 180.000 médicos y psicoterapeutas psicológicos se ocupan de la asistencia médica ambulatoria en Alemania. Las asociaciones de médicos de las cajas mutuas de enfermedad (KVen) se encargan de que todo esto funcione sin problemas:

- Ellas hacen contratos con todas las cajas mutuas de enfermedad públicas para todos los médicos y psicoterapeutas establecidos en relación al tratamiento ambulatorio. Así, los pacientes pueden acudir a cualquier médico o psicoterapeuta, sin importar en qué caja mutua estén asegurados.
- Garantizan la disponibilidad del tratamiento ambulatorio a toda hora, bien sea de día o de noche.
- Verifican las calificaciones de los médicos y psicoterapeutas contratados y controlan los aparatos médicos, así como la calidad de los exámenes.

La organización central de las 17 KVen en Alemania es la Asociación Federal de Médicos de las Cajas Mutuas de Enfermedad (KBV).

Más información sobre el tema bajo [www.kbv.de](http://www.kbv.de)

Sello del consultorio

## SU CALENDARIO MÉDICO DE PREVENCIÓN PERSONAL

Los siguientes cribados forman parte de la gama de prestaciones que ofrece el seguro de salud obligatorio, gratuito para usted.

EDAD	MUJERES	HOMBRES
A partir de 18 años <b>Chequeo</b> una sola vez entre 18 y 35 años		
A partir de 20 años	<b>Diagnóstico precoz de enfermedades oncológicas de los órganos genitales</b> (anual); <b>Diagnóstico precoz del cáncer de cuello de útero.</b> En edades comprendidas entre los 20 y 34 años: citología; a partir de los 35 años, cada tres años: citología combinada con la prueba del virus del papiloma humano (VPH).	
adicional A partir de 30 años	<b>Diagnóstico precoz cáncer de mama</b> anual	
A partir de 35 años <b>Chequeo</b> cada tres años		
A partir de 35 años <b>Diagnóstico precoz cáncer de piel</b> cada dos años		
A partir de 45 años		<b>Diagnóstico precoz enfermedades cancerosas de la próstata y de los órganos genitales externos</b> anual
A partir de 50 años	<b>Diagnóstico precoz cáncer de colon</b> 50 hasta 54 años: prueba anual de detección de sangre oculta en las heces	<b>Diagnóstico precoz cáncer de colon</b> 50 hasta 54 años: prueba anual opcional de detección de sangre oculta en las heces o a partir de 50 años: dos colonoscopias con un periodo de distancia mínimo de 10 años.
A partir de 50 hasta 69 años	<b>Diagnóstico precoz cáncer de mama</b> invitación a mamografía cada dos años	
A partir de 55 años	<b>Diagnóstico precoz cáncer de colon</b> opcionalmente cada dos años, pruebas de detección de sangre oculta en las heces o dos colonoscopias con un periodo de distancia mínimo de 10 años.	<b>Diagnóstico precoz cáncer de colon</b> opcionalmente cada dos años, pruebas de detección de sangre oculta en las heces o dos colonoscopias con un periodo de distancia mínimo de 10 años.
A partir de 65 años		<b>Diagnóstico precoz aneurismas aórticos abdominales</b> una sola vez

Actualizado: Octubre de 2021

[www.kbv.de](http://www.kbv.de)