

*La Guía para*  
Usar su  
**Plan de  
Salud**



Estás en Familia.

# IMPORTANTES

## Números de Teléfono de Molina Healthcare:

**Departamento de Servicios a Miembros:**  
1-888-483-0760

**Línea de Consejos de Enfermeras 24 Horas:**

**Español:** 1-888-648-3537  
(TTY: 1-866-833-4703)

**Inglés:** 1-888-275-8750  
(TTY: 1-866-735-2929)



Estás en familia.

# Acerca de Nuestros Miembros: Protegiendo su Privacidad

Su privacidad es importante para nosotros. Tomamos muy en serio la confidencialidad. Molina Healthcare desea hacerle saber cómo se usa o comparte la información acerca de su salud.

## **Información Protegida Sobre su Salud**

Las siglas PHI (por sus siglas en inglés) significan: información protegida sobre la salud. PHI significa toda información sobre la salud que incluya su nombre, número de miembro, u otros datos que puedan usarse para identificarle, los cuales son usados o compartidos por Molina Healthcare.

## **¿Por qué Molina Healthcare usa o comparte la información protegida sobre la salud (PHI) de sus miembros?**

- Para proporcionarle su tratamiento.
- Para pagar por su atención médica.
- Para revisar la calidad de la atención que usted recibe.
- Para informarle de sus opciones de atención médica.
- Para administrar nuestro plan de salud.
- Para usar o compartir su PHI con otros fines, según lo requiere o permite la ley.

## **¿Cuándo necesita Molina Healthcare su autorización escrita (aprobación) para usar o compartir su información protegida sobre la salud (PHI)?**

Molina Healthcare necesita su autorización escrita para usar o compartir su PHI para otros propósitos que no estén indicados en los puntos anteriores.

## **¿Cuáles son sus derechos de privacidad?**

- Usted puede ver su PHI.
- Obtener una copia de su PHI.
- Enmendar su PHI.
- Pedirnos no usar ni compartir su PHI en ciertos casos.
- Obtener una lista de ciertas personas o lugares que les hemos proporcionado su PHI.

## ¿Cómo protege Molina Healthcare su información protegida sobre la salud (PHI)?

Molina Healthcare tiene muchas maneras de proteger su PHI a través de nuestro plan de salud. Incluyendo un PHI escrito, un PHI de palabra o un PHI por la computadora. A continuación se describen algunas formas en que Molina Healthcare protege su PHI:



- Molina Healthcare tiene políticas y reglamentos para proteger su PHI.
- Solamente el personal de Molina Healthcare, con necesidad de conocer la PHI, puede usar su PHI.
- El personal de Molina Healthcare está capacitado para saber cómo proteger y tener segura su PHI.
- El personal de Molina Healthcare debe aceptar por escrito cumplir los reglamentos y políticas que protegen y aseguran la PHI.
- Molina Healthcare asegura la PHI en nuestras computadoras. La PHI en nuestras computadoras se mantiene privada mediante barreras de protección (“firewalls”) y contraseñas.

## ¿Qué puede hacer si piensa que sus derechos de privacidad no fueron protegidos?

- Llame o escriba a Molina Healthcare y presente una queja.
- Presente su queja en el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (U.S. Department of Health and Human Services).

*La información de arriba, es sólo un resumen. Nuestra Notificación de Prácticas de Privacidad contiene más información sobre cómo usamos y compartimos la PHI de nuestros miembros. Nuestra Notificación de Prácticas de Privacidad está en nuestro sitio Web: **www.molinahealthcare.com**. Asimismo, usted puede obtener una copia de dicha Notificación de Prácticas de Privacidad llamando a nuestro Departamento de Servicios a Miembros.*



## Su Salud Nos Interesa Mejorando los Servicios para los Miembros de Molina Healthcare

Su atención médica es importante para nosotros. Queremos saber qué piensa de nuestros servicios. Es por eso que usted, posiblemente reciba encuestas acerca de Molina Healthcare y de los servicios de los cuidados de su salud. Una de esas encuestas es llamada CAHPS (por sus siglas en inglés).

CAHPS (por sus siglas en inglés) significa Consumer Assessment of Healthcare Providers and Systems, o Evaluación del Consumidor de los Sistemas y Servicios de Los Proveedores para el Cuidado de la Salud. Esta encuesta le hace preguntas acerca de su atención médica. Le pregunta su opinión acerca de los cuidados de salud que usted o sus hijos reciben de Molina Healthcare. Tal vez le mandaremos algunas preguntas para saber lo que piensa y lo que es importante para usted. Si usted recibe dicha encuesta, por favor tome el tiempo de llenarla.

HEDIS (por sus siglas en inglés) es otra herramienta que utilizamos para mejorar nuestros cuidados. HEDIS significa “Healthcare Effectiveness Data and Information Set”, o Conjunto de Datos e Información sobre la Atención Médica Eficaz. Este es un proceso donde nosotros recolectamos información sobre los servicios de salud que usted o su niño/a puedan haber recibido. Estos servicios incluyen vacunas, las visitas para el cuidado preventivo del niño, exámenes del PAP (papanicolau) y mamografías, cuidados de la

diabetes, cuidado prenatal y posnatal. A través de este proceso podemos saber cuántos de nuestros miembros obtuvieron los servicios requeridos. Esta información está disponible para usted. Usted puede utilizarla para comparar un plan de salud con otro plan.

Cada año Molina Healthcare hace su mejor esfuerzo para mejorar todos los servicios que provee. Lo logramos fijándonos metas. Estas metas están incluidas en el Plan de Mejoramiento para la Calidad o QI (“Quality Improvement Plan”). Nuestra meta es ayudarle a que se cuiden mejor usted y su familia.

Como parte del plan QI (por sus siglas en inglés), Molina Healthcare le ayuda a cuidar de su salud y a obtener el mejor servicio posible. **Algunas de las formas en cómo lo hacemos incluyen:**

- Recordatorios para hacer exámenes preventivos para niños y vacunas.
- Educación sobre asma y diabetes.
- Educación sobre atención prenatal y exámenes postparto.
- Recordatorios para hacerse pruebas papanicolau y mamografías.
- Un mejor proceso para las quejas (reclamos) de los miembros.
- Ayuda para encontrar la página Web de Molina Healthcare.
- Informándole acerca de los servicios especiales para los miembros.

Para saber más, o para pedir una copia de nuestro plan QI, llame a nuestro equipo del departamento de Servicios a Miembros.



# Programa de Seguridad para los Pacientes de Molina Healthcare

Molina Healthcare desea que tanto usted como su familia se encuentren seguros y saludables. Tenemos un Programa de Seguridad de los Pacientes el cual nos ayuda a cumplir con esta meta. Este programa le proporciona datos reales acerca de la seguridad, para que usted pueda hacer mejores elecciones de atención médica. He aquí algunas cosas que hacemos para mejorar su seguridad:

- Proporcionar a médicos y hospitales información concerniente a la seguridad y dónde obtener ayuda.
- Llevamos un registro de quejas de nuestros miembros sobre los problemas concernientes a la seguridad en el consultorio de su médico u hospital.
- Revisamos los informes brindados por grupos que controlan la seguridad del hospital. Los informes nos dicen si hay suficiente personal en la unidad de cuidados intensivos ICU (por sus siglas en inglés), detallan el uso de pedidos computarizados de medicamentos, etc.

## Estos grupos que proporcionan los reportes son:

- Índice de la Evaluación de Calidad de Leap Frog:  
**[www.leapfroggroup.org](http://www.leapfroggroup.org)**
- JCAHO (por sus siglas en inglés)- Evaluaciones de las Metas para la Seguridad de los Pacientes a Escala Nacional:  
**[www.jointcommission.org](http://www.jointcommission.org)**



### **También usted puede visitar estas páginas Web:**

- Informarse acerca de qué están haciendo los hospitales para estar más seguros.
- Le ayuda a saber qué buscar cuando tenga que escoger un proveedor o un hospital.
- Obtener información acerca de programas y servicios para pacientes con problemas como la diabetes y el asma.



### **También le informamos:**

- Cómo hacer de su casa un lugar más seguro.
- Cómo mantener los venenos y las medicinas fuera del alcance de los niños.
- Acerca de personas que venden medicamentos no fiables.
- Cómo divertirse y mantenerse seguro/a al aire libre.
- Por qué el hacer ejercicios es bueno para usted.

Para obtener más información sobre nuestro Programa de Seguridad de los Pacientes, llámenos al departamento de Servicios a Miembros. También puede visitarnos en línea en: **[www.molinahealthcare.com](http://www.molinahealthcare.com)**.



## ¡Queremos Ofrecerle una Buena Atención!

Molina Healthcare trabaja con sus proveedores y hospitales para brindarle una buena atención médica. Tomamos decisiones sobre su atención basándonos en sus necesidades. Además, revisamos sus beneficios. No damos recompensa alguna a los proveedores de salud por negarle atención médica. Tampoco recompensamos al personal ni a otras personas por negarle atención o darle menos atención. No pagamos dinero adicional a los proveedores ni a los miembros de su personal por negarle pruebas o tratamientos que usted necesita para mejorar su salud o mantenerse sano.

Si en cualquier momento tiene alguna preocupación sobre su atención médica, puede llamar a nuestro equipo de Servicios a Miembros. Usted también puede hablar con nuestras enfermeras para obtener los cuidados que necesita. Nuestro personal atenderá su llamada de lunes a viernes (excepto los días festivos) entre las 8 a.m. y las 5 p.m. Le pueden responder preguntas sobre cómo elegimos las opciones de su atención médica. Simplemente llame al teléfono gratuito para Servicios a Miembros, al 1-888-483-0760. Este número también aparece al reverso de su tarjeta de identificación (ID por sus siglas en inglés). Si usted llama después de las 5:00 p.m. o durante el fin de semana, por favor deje su mensaje y su número telefónico. El personal del departamento de Manejo de Utilización le regresará la llamada durante el próximo día hábil.

### **Cuidados Después de las Horas Hábiles**

Habrán ocasiones cuando usted necesite atención de su proveedor de salud primario (PCP) y su consultorio esté cerrado. Si es después de horas hábiles y el consultorio de su proveedor primario está cerrado, usted puede llamar a su PCP o a la Línea de Consejos de Enfermeras de Molina Healthcare. Las enfermeras están disponibles a ayudarlo en cualquier momento del día. Llame al 1-866-648-3537, 24 horas al día, 7 días a la semana.

Molina Healthcare tiene enfermeras altamente entrenadas. Ellas le pueden ayudar a decidir si usted o su niño/a deberían ver a un proveedor de salud inmediatamente. También le pueden ayudar a hacer una cita si necesitara ver a un proveedor rápidamente. Algunas veces usted tiene preguntas pero no cree que tenga que ver a su

proveedor de salud primario (PCP). Usted también puede llamar a la Línea de Consejos de Enfermeras y hablar con una de las enfermeras. Ellas le pueden ayudar.



### **Cuidados de Emergencia**

Los cuidados de emergencia son para los problemas repentinos o severos que necesiten cuidados de inmediato. También para los casos donde su vida o su salud están en peligro. Los cuidados de emergencia es un beneficio cubierto. Si usted tiene una emergencia, llame al 911 o vaya al hospital más cercano. Usted no necesita ninguna aprobación previa. Si usted tiene cualquier urgencia que no amenace su vida, también puede llamar a la Línea de Consejos de Enfermeras de Molina Healthcare. Enfermeras altamente entrenadas están disponibles para ayudarle en cualquier momento del día. Llame al 1-866-648-3537, 24 horas al día, 7 días a la semana.

### **Buscando que Hay de Nuevo**

Nosotros también buscamos servicios nuevos y vemos nuevas formas de proveer dichos servicios. Revisamos nuevos estudios para ver si los nuevos servicios han probado ser seguros, y si deberían agregarse a su paquete de beneficios. Molina Healthcare revisa por lo menos una vez al año el tipo de servicios que a continuación indicamos:

- Servicios médicos
- Servicios de salud mental
- Medicamentos
- Equipos.



## Manejo de Casos Complejos

Vivir con problemas de salud y lidiar cómo controlarlos puede ser difícil. Molina Healthcare tiene un programa que puede ayudarle. El programa de Control de Casos Complejos (Complex Case Management) es para miembros con problemas de salud difíciles, que necesiten ayuda adicional para cubrir sus necesidades de atención médica. Este programa le permite hablar de sus problemas de salud con un/a enfermero/a. Este enfermero o enfermera puede ayudarle a que usted aprenda más acerca de esos problemas de salud y enseñarle a manejarlos mejor. También la enfermera trabajará con su familia u otras personas que ayudan en sus cuidados y con su proveedor de salud, para asegurarse de que usted obtenga los cuidados médicos que necesita. Hay muchas formas de ser referido a este programa. Una manera es a través de los recibos de servicios médicos o de farmacias. Otra manera es a través de su proveedor. Existen ciertos requisitos que debe cumplir. Es totalmente su elección pertenecer a este programa. Puede escoger salirse del mismo en cualquier momento.

Si usted quiere más información acerca del programa, por favor llame al departamento de Servicios a Miembros al número telefónico que aparece al reverso de su tarjeta de identidad de Molina (ID por sus siglas en inglés).

Para más información, entre a: [www.molinahealthcare.com](http://www.molinahealthcare.com)

## Usted Tiene Derecho a Apelar las Denegaciones

¿Qué es una denegación? Una denegación significa que Molina Healthcare ha tomado una decisión con respecto a:

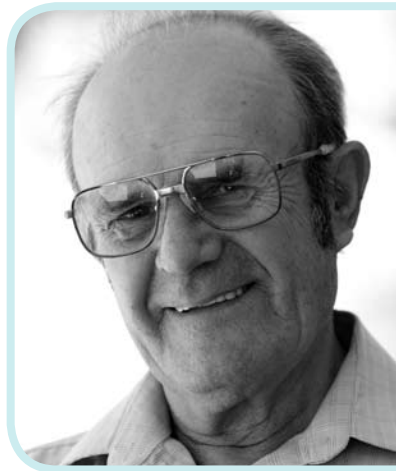
- La denegación a una petición para cubrir los servicios de cuidados de salud.
- La reducción suspensión o cancelación de los servicios de cuidados que usted ya está recibiendo.
- La denegación de pago por un servicio recibido el cual no estaba cubierto.

Si su servicio o reclamación es denegado, recibirá una carta de Molina Healthcare informándole acerca de esta decisión. Esta carta le informará de sus derechos de apelación. Usted puede leer más detalladamente acerca de sus derechos de apelación en el manual para miembros. Usted también puede encontrar cómo someter una apelación en nuestra página del Internet: **[www.molinahealthcare.com](http://www.molinahealthcare.com)**. El departamento de Servicios a Miembros también pueden ayudarle a someter su apelación.

Si usted no está contento con los resultados de su apelación, usted puede pedir una revisión independiente. Esto significa que doctores fuera de Molina Healthcare, revisarán todos los hechos en su caso y formularán una decisión. Nosotros aceptaremos dicha decisión. ¿A usted le interesa preguntar por una revisión o una apelación? Llame al departamento de Servicios a Miembros y pregúnteles que le ayuden con el proceso.

## Sus Derechos Como Miembro de Molina Healthcare

¿Sabía usted qué cómo miembro de Molina Healthcare usted tiene ciertas responsabilidades y ciertos derechos? El conocer sus derechos y responsabilidades le ayudará a usted, a su familia, a su proveedor de salud y a Molina Healthcare a asegurarnos que usted obtenga los servicios cubiertos y los cuidados que usted necesite.



## **Usted tiene los siguientes derechos:**

- Recibir todos los servicios que Molina Healthcare debe de proveer.
- Ser tratados con respeto, con consideración y dignidad por Molina Healthcare y sus proveedores.
- Participar en la toma de decisiones concerniente a su atención médica.
- A someter una apelación (queja) acerca de los servicios de Molina Healthcare, de los proveedores de salud o de los cuidados que usted recibió.
- Poder cambiar su proveedor de salud primario (PCP).
- A hablar con su proveedor acerca de los tratamientos médicos necesarios y las opciones que existen.

## **También usted tiene la responsabilidad de:**

- Aprender y hacer preguntas acerca de sus beneficios de salud.
- Proporcionar a su proveedor o a Molina Healthcare la información necesaria para los cuidados de usted o su familia.
- Seguir el plan de salud que usted y su proveedor acordaron.
- Mantener sus citas y llegar a tiempo a ellas. Si usted piensa que va a llegar tarde o no va a llegar a la cita, llame a su proveedor de salud primario (PCP).
- Reportar a Molina Healthcare o a las autoridades apropiadas cualquier fraude o mal uso.
- Informarle a Molina Healthcare cualquier cambio de dirección, número de teléfono o cualquier cambio que pudiera afectar su elegibilidad.

Estos son algunos de sus derechos y responsabilidades. Para una lista más detallada de sus derechos y responsabilidades, busque en su manual para miembros, usted también puede visitar la página Web de Molina Healthcare al: [www.molinahealthcare.com](http://www.molinahealthcare.com) o llame al departamento de Servicios para Miembros.

## **Quejas y Apelaciones**

¿Está teniendo problemas con la atención médica que recibe o con nuestros servicios? De ser así, tiene derecho a presentar quejas o apelar.

### **Una queja puede deberse a:**

- La atención que usted recibe de su proveedor de salud o del hospital;

- El tiempo que le toma obtener una cita o ver a un proveedor; o
- La disponibilidad de proveedores de salud en su área.

**Se puede presentar una apelación cuando usted no está de acuerdo con la decisión de Molina Healthcare de:**

- Parar, cambiar, suspender, reducir o denegar un servicio; o
- Cuando los pagos por servicios se le niegan y usted podría ser el responsable del pago de la factura.

Usted también podría pedir una apelación acelerada, si la tardanza en la decisión puede poner en riesgo su salud. También puede pedir una Audiencia Justa a través del Departamento de Cuidados para la Salud División de Financiamiento (Division of Health Care Financing).

Consulte nuestra página Web del Internet al, **www.molinahealthcare.com** o consulte su manual para miembros para leer acerca de:

- Los procesos y los derechos de quejas, apelaciones y audiencias justas e imparciales;
- Fechas límites para presentar quejas, apelaciones y para audiencias justas e imparciales;
- ¿Quiénes pueden presentar quejas/apelaciones?

## **Programas para el Manejo de Enfermedades**

Molina Healthcare desea que sepa todo lo que usted puede hacer para conservarse saludable. Tenemos programas que pueden ayudarle a manejar su condición. Hay muchas maneras por las cuales usted se puede inscribir en estos programas. Una manera es a través de los recibos de servicios médicos o de farmacia. Otra manera que puede ser referido es por medio de su proveedor de salud. Es totalmente su elección pertenecer a este programa. Usted puede pedir en cualquier momento que lo remuevan del programa. Para más información acerca de los programas, favor de llamar al departamento de Educación para la Salud al 1-888-483-0760 Ext. 170458, o visite nuestra página Web al, **www.molinahealthcare.com**.

- Programa para el asma **breathe with ease<sup>sm</sup>** (respire con facilidad) para niños y adultos con asma de 2 años en adelante. Usted y/o su niño/a aprenderán cómo manejar el asma y cómo trabajar con su proveedor de salud.
- Programa **Healthy Living with Diabetes<sup>sm</sup>** (viviendo saludable con diabetes), es un programa para adultos de 18 años en adelante

que padecen diabetes. Usted aprenderá a auto-cuidarse la diabetes; (planeamiento de alimentos, consejos para ejercicios, medicamentos para la diabetes y mucho más).

- Programa **Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD)** (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica –EPOC). Es para miembros de 21 años en adelante que padezcan enfisema y bronquitis crónica. Con este programa usted aprenderá como controlar mejor su respiración.
- Programa **Heart-Healthy Living Cardiovascular** (Viviendo Saludable con una Condición Cardiovascular). Es para miembros de 18 años en adelante que padecen una o más de estas condiciones cardiacas: enfermedad en las arterias coronarias, deficiencia cardiovascular congestiva o presión arterial alta.

Programa **motherhood matters**<sup>sm</sup> (de maternidad) Es un programa muy sencillo de seguir. Le puede ayudar a usted y a su bebé durante el embarazo. Mamás embarazadas reciben el apoyo y la educación como también llamadas telefónicas de seguimiento de caso de enfermeras o educadores para la salud. Las personas con embarazos de alto riesgo, reciben atención especial. Para más información llame al programa **motherhood matters**<sup>sm</sup> de Molina Healthcare al: 1-888-483-0760, extensión 170458.

## Obteniendo la Atención que Necesita

Estos son algunos consejos para obtener la atención que necesita.

**Visite a su proveedor de salud primario (PCP) para una revisión completa.** Muchas personas esperan a estar muy enfermas para visitar a su proveedor. No tiene que esperar. Asegúrese de hacer una cita para una revisión antes de enfermarse. Esto lo ayudará a usted y a sus niños a mantenerse bien.

Su proveedor de salud primario (PCP) puede atender la mayor parte de sus necesidades médicas. Sin embargo, a veces usted tiene problemas especiales como un hueso fracturado o una enfermedad cardiaca. En estos casos podría ser necesario visitar a un proveedor de salud con capacitación adicional. Este proveedor de salud se llama especialista. Si usted necesita ver a un especialista, su proveedor de salud primario se asegurará de que visite al especialista correcto y puede ayudarle a obtener una cita más rápido.

**Cuando usted viaja fuera de la ciudad donde reside, Molina Healthcare paga la atención médica de emergencia que usted reciba.** Puede ir a una sala de emergencia (ER, por sus siglas en inglés)

local o a una clínica de atención de urgencia. Infórmeles que usted es miembro de Molina Healthcare. Muéstreles su tarjeta de identidad de Molina Healthcare. Pero no olvide que cuidados de rutina no están cubiertos cuando viaja fuera de la ciudad donde reside.

### **¿Tiene problemas para hablar en inglés con su proveedor de salud?**

Usted tiene derecho a un intérprete sin costo para usted. Informe al personal de las oficinas del consultorio si prefiere hablar en su propio idioma. Si necesita ayuda, llame al departamento de Servicios a Miembros.

## **Visite la página Web de Molina Healthcare**

Visite nuestra página Web en el: **[www.molinahealthcare.com](http://www.molinahealthcare.com)**. Haga “clic” en el botón que dice “member”. Elija el estado en la casilla desplegable de opciones. Usted puede encontrar en nuestra página información acerca de:

- Lista de proveedores de salud y hospitales contratados por Molina Healthcare.
- Sus beneficios, incluyendo los copagos y otros cargos (si corresponde)
- Qué hacer si recibe una cuanta o reclamo.
- Preguntas más frecuentes (FAQ por sus siglas en inglés).
- Lista o formulario de medicamentos (drogas/medicamentos aprobados que los proveedores pueden prescribir).
- Como comunicarse con el personal del departamento de Manejo de Utilización (UM por sus siglas en inglés), para asuntos o preguntas relacionados con el departamento de UM.
- Como obtener cuidados primarios, hospital, especialistas y cuidados de emergencia.
- Como obtener atención después de las horas hábiles.
- Guías para la prevención de salud y calendarios de vacunación.
- Sus derechos y responsabilidades y la privacidad de su información.
- Restricciones en los beneficios o cómo obtener cuidados de salud fuera de las áreas de servicio de Molina Healthcare.
- Programas de Mejoramiento de Calidad, Educación sobre la Salud y para el Manejo de Enfermedades.
- Cómo expresar una queja o apelar una decisión médica.
- Cómo decidimos el uso de la nueva tecnología.

*Usted nos puede pedir copias impresas de cualquier información publicada en nuestra página del Internet, llamando al departamento de Servicios a Miembros. Otro buen recurso para información en el Manual para Miembros, el cual también lo puede encontrar en nuestra página Web.*



# Guía Preventiva Para La Salud

	<p style="text-align: center;"><b>Niños y Adolescentes</b> <b>(De 0 a 18 años de edad)</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>Visitas de Cuidado Preventivo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Infantes (de 0-12 meses de edad): Visitas al 1º, 2º, 4º, 6º, 9º y 12avo. Mes</li> <li>• Niñez Temprana (de 12 meses – 4 años d edad.): Visitas al 15, 18, 24 y 30avo. mes y a los 3 y 4 años de edad</li> <li>• Niñez Tardía y Adolescencia (de 5-20 años de edad): Visitas una vez al año.</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Vacunas (Inmunización)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hepatitis B (HepB): 3 dosis</li> <li>• Rotavirus (Rota): 3 dosis</li> <li>• Difteria, Tétano, Tos ferina (DTaP):6 dosis</li> <li>• Haemophilus Influenzae- Tipo b (Hib): 4 dosis</li> <li>• Neumocócica (PCV): 4 dosis</li> <li>• Polio Inactivo (IPV): 4 dosis</li> <li>• Influenza (Inyección contra la Gripe): Anual de los 6 meses en adelante</li> <li>• Sarampión, Paperas Rubéola (MMR): 2 dosis</li> <li>• Varicela: 2 dosis</li> <li>• Hepatitis A (HepA): 2 dosis</li> <li>• Meningocócica (Meningitis) (MCV4): 2 dosis</li> <li>• Papiloma Humano (HPV): 3 dosis, para niñas entre 11-12 años de edad.</li> </ul>

**Mujer Adulta  
(19 años en adelante)**

**Hombre Adulto  
(19 años en adelante)**

Cada 1 a 3 años

Cada 1 a 3 años

- Influenza (Inyección contra la Gripe): Anual
- Tétanos-difteria (TD): Cada 10 años
- Meningocócica: 1 dosis, para mujeres de alto riesgo
- Neumocócica: 1 dosis para mujeres de 65 años en adelante
- Sarampión, Paperas Rubéola (MMR): 1 dosis, si no hay pruebas de vacunación o inmunidad
- Hepatitis A (HepA): 2 dosis, para las de alto riesgo
- Hepatitis B (HepB): 3 dosis, para los de alto riesgo
- Papiloma Humano (HPV): 3 dosis, para las mujeres de 26 años o menos
- Herpes Zoster (Culebrilla): 1 dosis para mayores de 60 años de edad
- Varicela: 2 dosis si no hay pruebas de vacunación o inmunidad.

- Influenza (Inyección contra la Gripe): Anual
- Tétano, difteria (TD): Cada 10 años
- Meningocócica: 1 dosis, para los de alto riesgo
- Neumocócica: 1 dosis para hombres de 65 años en adelante
- Sarampión, Paperas Rubéola (MMR): 1 dosis, si no hay pruebas de vacunación o inmunidad
- Hepatitis A (HepA): 2 dosis, para los hombres de alto riesgo
- Hepatitis B (HepB): 3 dosis, para los de alto riesgo
- Herpes Zoster (Culebrilla): 1 dosis para hombres de 60 años de edad
- Varicela: 2 dosis si no hay pruebas de vacunación o inmunidad.

# Guía Preventiva Para La Salud – *continúa*

	<b>Niños y Adolescentes (De 0 a 18 años de edad)</b>
<b>Pruebas y Exámenes</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Examen Físico (altura, peso, presión sanguínea, Índice de Masa Corporal (BMI), anemia, examen metabólico)</li><li>• Evaluación del Desarrollo</li><li>• Evaluación del Comportamiento</li><li>• Evaluación de la Higiene Oral</li><li>• Prueba del Plomo</li><li>• Evaluación auditiva y visual</li><li>• Prueba de Tuberculosis-(TB)</li><li>• Prueba del Papanicolau-(PAP), Clamidia, VIH, Enfermedades Venéreas (STI) pruebas para adolescentes sexualmente activos.</li></ul>

**Mujer Adulta  
(19 años en adelante)**

**Hombre Adulto  
(19 años en adelante)**

- Altura, Peso e Índice de Masa Corporal
- Presión Sanguínea: Anual
- Examen del Colesterol: Cada 5 años
- Clamidia y Enfermedades Venéreas (STI) para mujeres de 25 años o menores y otras mujeres sin síntomas pero con un riesgo mayor de infección
- Mamografía: Anual para mujeres de 40 años en adelante
- Examen del Papanicolau y Pélvico: Anual
- Densidad Ósea para la osteoporosis
- Examen de cáncer del colon: Cada 5 a 10 años basado en las recomendaciones de su proveedor de salud.

- Altura, Peso e Índice de Masa Corporal (BMI)
- Obesidad y Diabetes
- Presión Sanguínea: Anual
- Examen del Colesterol: Cada 5 años
- Examen de cáncer del colon: Cada 5 a 10 años basado en las recomendaciones de su proveedor de salud
- Examen para el Aneurisma Aórtico en la porción Abdominal (AAA): Una vez en los hombres de 65 a 75 años de edad que nunca fumaron.



**Estás en familia.**



7050 Union Park Center, Suite 200  
Midvale, UT 84047