

¡Criar a un hijo puede ser mucho trabajo! Tratar de recordar cuándo llevarlo al médico o qué vacunas necesita puede ser un poco confuso. ¡Siga las guías que recomienda Molina y ayudará a que su hijo crezca sano!

Programa de Molina Healthcare de servicios para el niño sano y el adolescente sano

Edad	Exámenes, vacunas y pruebas recomendadas
Menos de 1 mes	Examen del niño sano, HepB
1 mes	Examen del niño sano
2 meses	Examen del niño sano, IPV, Hib, PCV-13, DTaP, HepB, RV
4 meses	Examen del niño sano, IPV, DTaP, Hib, PCV-13, RV
6 meses	Examen del niño sano, IPV, Hib, DTaP, HepB, PCV-13, Influenza, RV
9 meses	Examen del niño sano
12 meses	Examen del niño sano, prueba de plomo en sangre, VAR, MMR, Hib, PCV-13, HepA, prueba de la anemia
15 meses	Examen del niño sano, DTaP
18 meses	Examen del niño sano, HepA
2 años	Examen del niño sano, prueba de plomo en sangre, Influenza, MCV
30 meses	Examen del niño sano
3 años	Examen del niño sano, Influenza
4 años	Examen del niño sano, IPV, MMR, DTaP, Influenza, VAR
5 - 10 años	Exámenes del niño sano, todos los años, Influenza (anualmente), Tdap**
11 años	Examen del adolescente sano, Tdap, MCV, VPH, Influenza
12 - 21 años	Exámenes del adolescente sano, todos los años, Influenza (anualmente)

* Las pruebas de detección del cáncer de cuello del útero y de la clamidia se recomiendan para todas las mujeres sexualmente activas; las pruebas de enfermedades transmitidas sexualmente se recomiendan para todos los adolescentes sexualmente activos. Estas son sólo pautas recomendadas según la edad. Su médico podrá recomendar otras pruebas durante las visitas para el examen del niño o del adolescente sano.

**Una dosis para los niños de 7 años y mayores que no han recibido Tdap.

Embarazo

Embarazo	Todas las mujeres embarazadas deben recibir visitas prenatales en el primer trimestre y durante todo el embarazo.
Primer trimestre	(0 a 13 semanas de embarazo) Vea a su médico tan pronto sepa que está embarazada.
Segundo trimestre	(14 a 27 semanas de embarazo) Visitas mensuales a su especialista en obstetricia*
Tercer trimestre	(28 a 40 semanas de embarazo) Visitas cada dos semanas, o cada semana, a su especialista en obstetricia*
Visitas de posparto	Se deben completar dentro de los 21 a 56 días (3 a 8 semanas) después del parto.

Pruebas y exámenes específicos están incluidos como parte de sus visitas prenatales y de posparto, dependiendo de lo que indique su médico.

*El número de visitas a su profesional de obstetricia puede variar según sus necesidades individuales.

Estas visitas son importantes para su salud y la de su bebé. Si está embarazada, llame al programa **Motherhood Matterssm de Molina al 1 (877) 665-4628**, de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5:30 p.m.

Los adultos también tienen que seguir guías para permanecer sanos. La atención preventiva es importante para la salud de todos. Molina le proporciona las guías a continuación, para que pueda saber qué pruebas y vacunas necesita y cuándo las necesita.

Programa de Molina Healthcare de servicios para el adulto sano y las personas mayores

Examen o prueba recomendada	21 a 39 años	40 a 64 años	65 años y mayores
Presión de la sangre	Cada 1 a 2 años	Cada 1 a 2 años	Cada 1 a 2 años
Estatura y peso e IMC	Periódicamente	Periódicamente	Periódicamente
Audición y vista			Periódicamente
Prueba Papanicolau	Al menos cada 3 años	Al menos cada 3 años	Para casos de alto riesgo
Colesterol ¹	Cada 1 a 5 años	Cada 1 a 5 años	Cada 1 a 5 años
Mamograma		Cada 1 a 2 años	Cada 1 a 2 años
Sangre oculta en la materia fecal ²		Todos los años	Todos los años
Sigmoidoscopia flexible ²		Cada 5 años	Cada 5 años

ITS (clamidia, gonorrea, sífilis y VIH)³	Para adultos sexualmente activos y adultos de alto riesgo, según la recomendación del médico.		
Colonoscopia²		Cada 10 años	Cada 10 años
Detección de la diabetes	Cada 3 años	Cada 3 años	Cada 3 años
Detección de osteoporosis⁴		Periódicamente	Periódicamente
Aneurisma Aórtico Abdominal			Una vez para hombre de 65 a 75 años de edad

1. Detección periódica para los hombres a partir de los 35 años de edad y para las mujeres a partir de los 45 años de edad.
2. Para hombres y mujeres de 50 años de edad o mayores.
3. Recomendado para todas las mujeres sexualmente activas de 24 años de edad o menores y para las mujeres en mayor riesgo, según lo determine el clínico.
4. Para mujeres en mayor riesgo, a partir de los 60 años de edad.

Vacunación de adultos y personas mayores (22 años de edad y mayores)

Td/Tdap	Una vez cada 10 años.
MMR	Una vez si no hay prueba de vacunación en la niñez o de inmunidad.
Vacuna contra la influenza	Una vez por año desde Septiembre 2011 hasta Mayo 2012 para los adultos y personas mayores.
Vacuna neumocócica	Una dosis para las personas de alto riesgo.
Varicela	Dos dosis si no hay prueba de vacunación o inmunidad.
Hepatitis A	Dos dosis para las personas en alto riesgo.
Hepatitis B	Tres dosis para las personas en alto riesgo.
VPH	Tres dosis para las mujeres de 26 años de edad o menores.
Vacuna meningocócica	Una vez para las personas en alto riesgo y otra dosis a los 5 años para las personas en alto riesgo.
Herpes zóster (culebrilla)	Una vez para los adultos de 60 años de edad y mayores.

Las siguientes son definiciones de las vacunas (inyecciones) y pruebas de laboratorio que pueden ser parte de la visita de usted o su hijo al médico.

Toda la información en este folleto consiste de guías adoptadas por Molina (Comité de Mejoramiento de la Calidad Clínica 03/10/11) de la American Academy of Pediatrics (Academia Norteamericana de Pediatría), del Advisory Committee of Immunization Practices (Comité de Asesoramiento de Prácticas de Vacunación), del U.S. Preventive Services Task Force (Grupo de Trabajo Especial de Servicios Preventivos de EE.UU.) y de la American Academy of Family Physicians (Academia Norteamericana de Médicos de Familia). Para ver guías preventivas detalladas, visite el sitio Web de Molina: <http://www.molinahealthcare.com>.

Vacunas (inyecciones)

DTaP o Tdap (difteria, tétanos, tos ferina) o Td (tétanos, difteria) – Una serie de inyecciones para prevenir que los niños y los adultos se enfermen de difteria, tétanos o tos ferina (tos convulsa). Estas enfermedades pueden causar discapacidades y hasta la muerte.

Influenza (vacuna contra la influenza) – Una inyección para prevenir que los niños pequeños de 6 meses a 18 años de edad, los adultos de 50 años de edad o mayores o las personas en alto riesgo se enfermen de influenza. La influenza puede causar una enfermedad seria.

HepA (hepatitis A) – Una serie de dos inyecciones para prevenir que los niños tengan una enfermedad grave del hígado. Esta enfermedad puede causar un malestar similar al de la influenza, ictericia (piel u ojos amarillos), fuerte dolor de estómago y diarrea. Es posible que se la tenga que tratar en el hospital.

HepB (hepatitis B) – Una serie de tres inyecciones para prevenir una enfermedad seria del hígado. Esta enfermedad puede conducir a daño hepático, cáncer de hígado y hasta la muerte.

Hib – Una serie de inyecciones para prevenir un virus que puede causar infecciones serias en bebés y niños pequeños.

VPH (virus del papiloma humano) – Una serie de inyecciones para mujeres jóvenes, de 11 a 26 años de edad, para prevenir que se contagien el virus que causa el cáncer de cuello del útero.

IPV – Una serie de inyecciones para prevenir que los niños contraigan poliomielitis.

Vacuna meningocócica (MCV) – Una inyección para prevenir la meningitis.

MMR (sarampión, paperas y rubéola) – Una serie de inyecciones para proteger contra el sarampión, las paperas y la rubéola. El sarampión es una enfermedad seria que a menudo es mortal. Las paperas son una enfermedad que puede resultar en que usted o su hijo sean estériles o sordos de adultos. La rubéola es una enfermedad que puede causar defectos de nacimiento en el bebé no nacido de una mujer embarazada.

PCV – Una serie de inyecciones para prevenir la enfermedad neumocócica en niños y adultos. Ésta es una enfermedad seria que causa meningitis, infecciones de la sangre, infecciones de los oídos y hasta la muerte en niños menores de 5 años de edad.

RV (rotavirus) – Una serie de inyecciones para prevenir la diarrea fuerte en los niños pequeños.

VAR (varicela) – Una inyección para prevenir que los niños y adultos tengan varicela.

Culebrilla (Herpes Zoster) – Una inyección para prevenir que los adultos tengan culebrilla.

Pruebas de laboratorio

A continuación hallará una lista de las pruebas de laboratorio que podrán hacer a usted o a su hijo como parte de su visita al médico.

Aneurisma aórtico abdominal (AAA) – Una prueba de detección realizada para medir el diámetro externo de la aorta en hombres que alguna vez fumaron.

Prueba de la anemia – Una prueba de hematocritos y hemoglobina para ver si una persona tiene anemia. Por lo general se hace con un pinchazo en el dedo.

Prueba de plomo en sangre – Los niveles de plomo elevados en los niños pueden causar problemas de aprendizaje.

Presión de la sangre – Para detectar si tiene la presión de la sangre elevada.

Índice de Masa Corporal (IMC) – Una medida de la grasa en el cuerpo basada en la estatura y el peso.

Examen de los senos – Un examen del tejido de los senos que hace el médico para ver si hay bultos, masas u otros problemas. Pregunte a su médico cómo hacerse el examen mensual de los senos.

Clamidia – Una prueba de detección de una infección de transmisión sexual.

Prueba del colesterol – Para revisar los niveles de colesterol bueno y malo en la sangre.

Colonoscopia – Una prueba que se usa para mirar y fotografiar todo el intestino grueso. Esta prueba se puede usar para diagnosticar y tratar problemas del intestino grueso.

Detección de la diabetes – Una prueba de sangre para ver si tiene exceso de azúcar en la sangre.

Sangre oculta en la materia fecal – Una prueba para determinar si tiene sangre en las heces.

Sigmoidoscopia flexible – Una prueba que se usa para mirar y fotografiar las últimas 10 a 12 pulgadas del intestino grueso. La prueba se puede usar para diagnosticar y tratar problemas del intestino grueso.

Mamograma – Una radiografía de los senos para detectar el cáncer.

Detección de osteoporosis – Una prueba de detección de debilidad y enfermedad de los huesos en mujeres.

Prueba Papanicolau – Una prueba de detección del cáncer de cuello del útero.

Prueba ITS – Una prueba de detección de infecciones de transmisión sexual, como la clamidia, la gonorrea, la sífilis y el VIH.

TB (tuberculosis) – Una prueba que se hace en la piel para ver si una persona estuvo expuesta a la tuberculosis.

Well Child Exam (Examen del niño sano) – Un examen médico periódico y/o anual que se hace a los niños. Incluye historia clínica, examen físico, presión de la sangre, peso, estatura, Índice de Masa Corporal, circunferencia de la cabeza, instrucción sobre la salud y las pruebas o exámenes que recomiende un clínico, como detección de caries dentales, exámenes de la vista, de la audición, de deficiencia de hierro y de detección de plomo.

Well Teen Exam (Examen del adolescente sano) – Examen anual similar al examen del niño sano. También puede incluir detección de lípidos, de cáncer de cuello de útero, clamidia y otras infecciones de transmisión sexual.

Para obtener esta información en otros idiomas y en formatos accesibles, llame a Servicios a los miembros, al 1-888-665-4621.

Este folleto indica a usted y a su familia los servicios de atención de la salud que pueden necesitar. Estos servicios les ayudarán a permanecer sanos. Esta es una guía y no debe reemplazar el asesoramiento de su médico. Lea el folleto y hable sobre él con su médico. También puede llamar al Departamento de Educación sobre la Salud de Molina Healthcare, al 1-800-526-8196, ext. 127532, si tiene alguna pregunta.