

# Guías de salud preventiva

## 2023

**Puede tomar medidas hoy mismo para un futuro más saludable.** Su plan médico paga determinadas pruebas para la detección temprana de enfermedades, exámenes de control de rutina y vacunas para que usted y su familia estén sanos. A esto se le llama cuidado preventivo.

Estas guías se basan en requerimientos específicos del estado y en consejos de especialistas en salud, entre ellos:

- Academia Americana de Médicos de Familia (AAFP)
- Academia Americana de Pediatría (AAP) *Bright Futures*
- Comité Asesor sobre Prácticas de Vacunación (ACIP)
- Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (ACOG)
- Sociedad Americana Contra El Cáncer (ACS)
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)
- Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos (USPSTF)

Es posible que su plan no pague por todos los servicios y tratamientos que se mencionan. Para obtener más información sobre qué cubre su plan:

- Consulte el manual del miembro.
- Llame a Servicios para Miembros al número de teléfono que figura en su tarjeta de identificación del miembro.
- Visite [anthem.com/wisconsin](https://www.anthem.com/wisconsin).

### **Siempre pida consejos médicos personales a su médico.**

Esta guía no menciona todas las condiciones y tratamientos. Pregúntele al médico qué pruebas, vacunas y exámenes son adecuados para usted o su hijo, cuándo debe recibirlos y con qué frecuencia.



## Consultas de control del bebé: desde el nacimiento hasta los 2 años

Los bebés deben visitar al médico al nacer y cuando cumplen las siguientes edades (además de cuando lo indique el médico):

- De 3 a 5 días de edad
- De 2 semanas a 1 mes
- 2 meses
- 4 meses
- 6 meses
- 9 meses
- 12 meses
- 15 meses
- 18 meses
- 24 meses

Los bebés que reciben el alta del hospital antes de que transcurran dos días (48 horas) de su nacimiento deben visitar a un médico en un plazo de 2 a 4 días después del nacimiento. Para prevenir infecciones, todos los bebés deben recibir tratamiento con un ungüento para los ojos.

La consulta de control del bebé puede incluir lo siguiente:

- Un examen de cuerpo completo
- Vacunas
- Otras pruebas y exámenes según sea necesario, incluidos los que se enumeran a continuación
- Hablar sobre:
  - Cuidado, seguridad y desarrollo del recién nacido
  - Nutrición y alimentación
  - Salud y bienestar de los padres y la familia
  - La importancia de limitar la exposición a la radiación ultravioleta (UV)

Exámenes médicos	Cuándo realizarlos
Medición del peso, longitud y cabeza	En cada visita
Percentil de índice de masa corporal (IMC)*	A los 24 meses
Pruebas de detección del metabolismo, como de fenilcetonuria (PKU) (cuando el cuerpo no puede descomponer las proteínas), de células falciformes (un trastorno sanguíneo hereditario) y de la tiroides del recién nacido	Del nacimiento a los 2 meses (mejor verificar entre los 3 y 5 días) Bilirrubina al nacer (detecta ictericia en el recién nacido)
Defecto cardíaco congénito crítico (defectos de nacimiento del corazón)	Al nacer
Desarrollo: cerebro, cuerpo y conducta	En cada visita
Audición	Al nacer y en cada visita
Visión	En cada visita
Presión arterial	Evaluar los riesgos en cada visita
Salud bucal/dental	Referencia a un dentista de atención primaria, si fuera necesario; los exámenes dentales anuales deben comenzar a partir de los 12 meses. Barniz de flúor cuando comienzan a salir los dientes (por lo general, entre los 6 y los 24 meses). Receta de flúor según el agua que beba (entre los 6 y los 24 meses).
Hemoglobina o hematocrito (hemograma)	Evaluación de riesgos a los 4 meses. Controlar una vez a los 12 meses. Evaluar los riesgos según lo sugiera el médico.
Prueba de detección de plomo	A los 12 y a los 24 meses. Evaluar los riesgos según lo sugiera el médico.

Trastorno de los lípidos (problemas de colesterol)	Evaluar los riesgos a los 24 meses
Autismo (una condición que afecta las habilidades sociales y la forma en que una persona se comunica)	A los 18 y a los 24 meses
Hepatitis B	Evaluar los riesgos en cada visita
Depresión posparto (después de que la madre da a luz)	A los 1, 2, 4 y 6 meses

\* El peso y la estatura se utilizan para calcular el índice de masa corporal (IMC). El IMC se usa para comprobar si la persona tiene un peso adecuado para su estatura o si su peso es inferior o superior al adecuado. El percentil del IMC se utiliza en niños de 2 a 19 años para ver cómo se comparan con otros niños.

## Controles médicos pediátricos: desde los 2 ½ hasta los 10 años

Dependiendo de la edad de su hijo, el médico podría hablar con usted sobre:

- Cómo promover una nutrición saludable.
- Ejercicio, crecimiento, seguridad y hábitos saludables
- Cualquier problema de aprendizaje o relacionado con la escuela
- Salud emocional y mental
- Problemas familiares y domésticos
- La importancia de limitar la exposición a la radiación ultravioleta (UV)

Durante la consulta su hijo podría recibir:

- Un examen de cuerpo completo.
- Vacunas.
- Otras pruebas y exámenes.

Exámenes médicos	Cuando realizarlos
Estatura, peso, percentil de IMC*	Cada año
Desarrollo: cuerpo, cerebro y conducta	En cada visita
Ansiedad	Cada año a partir de los 8 años
Visión	Examen formal a partir de los 3 años Someter a examen antes según lo sugiera el médico
Audición	Exámenes dentales cada año Barniz de flúor en los dientes cuando el dentista lo sugiera (entre los 2½ y los 5 años) Receta de flúor según el agua que beba (entre los 2 ½ y los 10 años)
Salud bucal/dental	Evaluar los riesgos hasta los 6 años
Prueba de detección de plomo	Evaluar los riesgos cada año
Hemoglobina o hematocrito (hemograma)	Cada año, a partir de los 3 años Evaluar los riesgos antes de los 3 años
Presión arterial	Una vez entre los 9 y 11 años de edad Chequeo para detectar riesgos en todas las otras edades
Trastorno de los lípidos (problemas de colesterol)	Evaluar los riesgos en cada visita

\* El peso y la estatura se utilizan para calcular el índice de masa corporal (IMC). El IMC se usa para comprobar si la persona tiene un peso adecuado para su estatura o si su peso es inferior o superior al adecuado. El percentil del IMC se utiliza en niños de 2 a 19 años para ver cómo se comparan con otros niños.

## Controles médicos pediátricos: desde los 11 hasta los 20 años

Dependiendo de la edad, el médico podría hablar con usted sobre:

- **Crecimiento y desarrollo**, como hábitos de salud bucal, imagen corporal, alimentación saludable, actividad física y sueño.
- **Bienestar emocional**, que incluye el control de los estados de ánimo y la salud mental en general.
- **Sexo seguro**, particularmente la reducción de los riesgos de infecciones y enfermedades de transmisión sexual (ITS y ETS) y el embarazo.
- **Uso indebido de sustancias**, como beber alcohol o consumir tabaco, cigarrillos electrónicos o fármacos recetados o drogas ilegales.
- **Desempeño escolar**
- **Problemas familiares y domésticos**
- **Seguridad**, como el uso de cinturón de seguridad, el uso de casco y la protección solar
- **Seguridad con la utilización de armas de fuego**, si posee o está cerca de armas
- Violencia doméstica
- La importancia de limitar la exposición a la radiación ultravioleta (UV)

Durante la consulta el médico podría darle:

- Un examen de cuerpo completo
- Vacunas
- Otras pruebas y exámenes.

Exámenes médicos	Cuándo realizarlos
Estatura, peso, IMC*	Percentil hasta los 19 años y luego el IMC cada año
Desarrollo: cerebro, cuerpo y conducta	Cada año
Depresión	Cada año, a partir de los 12 años
Presión arterial	Cada año
Visión	Cada año
Audición	Prueba de detección con audiometría, una vez entre los 11 y los 14 años, una vez entre los 15 y los 17 años, y una vez entre los 18 y los 21 años
Salud bucal/dental	Cada año Receta de flúor según el agua que beba (entre los 11 y los 16 años)
Hemoglobina o hematocrito (hemograma)	Evaluar los riesgos cada año
Trastorno de los lípidos (problemas de colesterol)	Una vez entre los 9 y los 11 años Una vez entre los 17 y los 21 años Evaluación de riesgos cada año alterno
Infecciones de transmisión sexual, incluidas la clamidia y la gonorrea	Cada año a partir de los 11 años de edad si ya tiene relaciones sexuales
Sífilis	Prueba de detección si existe un riesgo elevado de infección
VIH	Una prueba de detección entre los 15 y los 18 años. Evaluar los riesgos cada año. A las personas que presentan alto riesgo de contraer VIH se les debe ofrecer profilaxis previa a la exposición (PrEP).
Trastorno de abuso de sustancias y adicción al tabaco	Evaluar los riesgos cada año a partir de los 11 años

Tuberculosis	Evaluar los riesgos cada año y realizar pruebas según lo sugiera el médico
Hepatitis C	Prueba de detección entre los 18 y los 79 años de edad. Evaluar los riesgos cada año.
Hepatitis B	Evaluar los riesgos cada año
Displasia del cuello uterino	Prueba de detección si existe un riesgo elevado de infección
Ataque cardíaco repentino/muerte súbita	Evaluar los riesgos cada año a partir de los 11 años

\* El peso y la estatura se utilizan para calcular el índice de masa corporal (IMC). El IMC se usa para comprobar si la persona tiene un peso adecuado para su estatura o si su peso es inferior o superior al adecuado. El percentil del IMC se utiliza en niños de 2 a 19 años para ver cómo se comparan con otros niños.

# Visitas de bienestar: mujeres adultas<sup>1</sup>

En la visita, el médico posiblemente le hable sobre:

- Alimentación y actividad física.
- Salud mental, incluida la depresión
- Salud bucal y dental
- Fumar, o cómo dejar de hacerlo
- Cómo evitar ser una fumadora pasiva
- Consumo de alcohol o drogas
- Riesgos de padecer cáncer de piel.
- Violencia doméstica
- La importancia de limitar la exposición a la radiación ultravioleta (UV)
- La importancia del ejercicio en adultos mayores de 65 años para prevenir caídas

También podría recibir vacunas y estos exámenes médicos:

- Servicios de planificación familiar, incluso:
  - Sexo seguro (se podría ofrecer consejería para prevenir infecciones de transmisión sexual en adultos con riesgo elevado).
  - Control de natalidad para ayudar a prevenir embarazos no deseados.
  - Intervalo de tiempo ideal entre embarazos a fin de lograr los mejores resultados.
  - Pruebas de detección de enfermedades e infecciones de transmisión sexual (ITS y ETS), incluido el VIH y la hepatitis B (si corre riesgo).
  - Suplementos de ácido fólico para mujeres en edad fértil.

Exámenes médicos	Cuándo realizarlos
Estatura, peso, IMC <sup>3</sup>	Cada año o cuando su médico lo sugiera. A las mujeres con un IMC alto (30 o más) se les deben ofrecer intervenciones de pérdida de peso intensivas para ayudarlas a aumentar la cantidad de ejercicio y mejorar sus hábitos alimentarios.
Presión arterial	Cada año o cuando su médico lo sugiera. Verifique las lecturas altas en casa otra vez.
Evaluación de riesgos genéticos para cáncer de mama	Según lo indique el médico, en mujeres con antecedentes familiares o personales de cáncer de mama, de ovarios, de trompas o peritoneal, o aquellas con ascendencia asociada con susceptibilidad a las mutaciones genéticas de cáncer de mama 1 y 2 (BRCA1/2)
Riesgo de cáncer de mama	Según lo indique su médico, en mujeres a partir de los 35 años con un riesgo elevado de desarrollar cáncer de mama. A las mujeres que se encuentran en riesgo elevado de desarrollar cáncer de mama y presentan un riesgo bajo de desarrollar efectos adversos a los medicamentos se les deben ofrecer medicamentos para reducir el riesgo, como tamoxifeno, raloxifeno o inhibidores de la aromataasa.
Mamografía <sup>4</sup> (radiografía de las mamas)	Cada año entre los 40 y los 65 o más. Considere realizarse una prueba de detección cada 2 años, desde los 50 hasta los 74 años.
Evaluación de riesgos de enfermedad cardiovascular (CVD)	Según lo que indique su médico entre los 40 y los 75 años. A las mujeres que presentan un riesgo elevado se les debe ofrecer una dosis de baja a moderada de estatina (medicamento para el colesterol). Se podría requerir una prueba de detección de lípidos para evaluar el riesgo.

Cáncer de cuello uterino	<p>Entre los 21 y los 29 años, debe realizarse una prueba de Papanicolaou cada 3 años.</p> <p>Desde los 30 hasta los 65 años, debe realizarse una prueba de Papanicolaou cada 3 años o solo el examen de detección del virus del papiloma humano (VPH), o este en combinación con el Papanicolaou cada 5 años.</p> <p>Puede dejar de hacerse la prueba de detección a los 65 años si las últimas 3 pruebas de Papanicolaou o las últimas 2 pruebas conjuntas (Papanicolaou y VPH) en los últimos 10 años arrojaron resultados normales. Si hubo un resultado anormal en una prueba de Papanicolaou en los últimos 20 años, consulte con su médico.</p>
Cáncer colorrectal	<p>Desde los 45 y hasta los 75 años, es posible que el médico le recomiende una o más de las siguientes opciones de pruebas:</p> <p>Análisis de materia fecal (heces):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prueba inmunoquímica fecal (PIF)</li> <li>• PIF-ADN: prueba combinada de ADN y heces</li> <li>• Prueba de sangre oculta en heces basada en guayacol (gFOBT)</li> </ul> <p>Pruebas visuales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colonoscopia (con una pequeña cámara en el extremo de un tubo flexible para observar todo su colon)</li> <li>• Colonografía por tomografía computarizada (TC) (usando un escáner de TC para tomar imágenes del interior del colon)</li> <li>• Sigmoidoscopia flexible (con una pequeña cámara en el extremo de un tubo flexible para observar la última parte de su colon, llamada colon sigmoide)</li> </ul>
Clamidia y gonorrea	Si es una persona sexualmente activa y es menor de 24 años.
Sífilis	Si hay riesgo elevado de infección y es mayor de 25 años.
Hepatitis B	Prueba de detección si existe un riesgo elevado de infección.
VIH	Prueba de detección si existe un riesgo elevado de infección. Según lo que indique su médico entre los 19 y los 60 años de edad. A las personas que presentan alto riesgo de contraer VIH se les debe ofrecer profilaxis previa a la exposición (PrEP).
Prueba de glucosa (azúcar en sangre) para la diabetes tipo 2	Según lo que indique su médico entre los 35 y los 70 años, especialmente si tiene sobrepeso u obesidad. Las personas con un nivel alto de azúcar en sangre deben hablar con su médico acerca de intervenciones de consejería intensivas para promover una alimentación saludable y la actividad física.
Hepatitis C	Prueba de detección entre los 18 y los 79 años.
Osteoporosis (exámenes para controlar la densidad de sus huesos)	Los exámenes deben comenzar a realizarse a los 65 años a más tardar. Las mujeres que están atravesando la menopausia deben hablar con su médico acerca de la osteoporosis y realizarse la prueba si están en riesgo.



Cáncer de pulmón (detectado con una tomografía computarizada de baja dosis [LDCT])	A partir de los 50 años para las personas con antecedentes de fumar un paquete de cigarrillos por día durante 20 años y que actualmente fuman, o que han dejado de fumar en los últimos 15 años.
Tuberculosis	Prueba de detección de infección latente a aquellos con riesgo elevado.
Depresión	Cada año

<sup>1</sup> Las recomendaciones se clasifican para “hombres” y “mujeres”, pero estas clasificaciones se basan en el sexo (masculino/femenino) y no en la identidad de género (cisgénero, transgénero, no binario, etc.). Los miembros deben tener en cuenta su sexo al nacer y su anatomía actual, y hablar con su médico.<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Caughey AB, Krist AH, Wolff TA, et al. USPSTF Approach to Addressing Sex and Gender When Making Recommendations for Clinical Preventive Services. JAMA. 2021; 326(19):1953-1961.

<sup>3</sup> La estatura y el peso se utilizan para determinar el índice de masa corporal (IMC). Verificar el IMC de una persona ayuda a determinar si tiene un peso saludable para su estatura, o si tiene un peso excesivo o insuficiente.

<sup>4</sup> Las mujeres deben hablar con su médico y decidir sobre la mejor edad para comenzar las mamografías y la posibilidad de hacérselas cada dos años cuando son mayores.

# Embarazo

Durante los primeros tres meses de embarazo, es importante ir al médico para establecer un plan de atención prenatal. En cada consulta, su médico evaluará su salud y la salud de su bebé. Es posible que el médico le hable sobre los siguientes temas:

- Qué comer.
- Cómo mantenerse activa durante el embarazo
- Cómo evitar el consumo de tabaco, drogas, alcohol y otras sustancias
- Lactancia, suministros para la lactancia y consejería.

## Pruebas:

Según sus antecedentes de salud, el médico puede indicarle los siguientes exámenes médicos:

- Prueba de detección de **depresión** (durante el embarazo y después de este)
- Prueba de detección de **diabetes** para diabetes gestacional a partir de las 24 semanas
- **Preeclampsia**<sup>1</sup> (presión arterial alta que causa otros problemas durante el embarazo)
- **Hematocrito/hemoglobina** (hemograma)
- **Inmunidad contra la rubéola** (para averiguar si se necesita la vacuna contra la rubéola después de dar a luz)
- **Factor sanguíneo Rh(D) y pruebas de anticuerpos** (exámenes para saber si su tipo sanguíneo y el de su bebé son compatibles). Si el resultado es Rh(D) negativo, repita la prueba entre las semanas 24 y 28 de embarazo.
- Prueba de detección de la **hepatitis B** recomendada en la primera visita prenatal
- Prueba de detección del **VIH** recomendada para todas las mujeres embarazadas cuya condición de VIH se desconozca, incluidas aquellas que se presentan durante el trabajo de parto o para dar a luz. A las personas que presentan alto riesgo de contraer VIH se les debe ofrecer profilaxis previa a la exposición (PrEP).
- **Sífilis**
- **Orina** para detectar bacteriuria asintomática, según lo indique el médico

Otros exámenes y pruebas de detección:

- **Amniocentesis** (una ecografía y un análisis del líquido que rodea al bebé)
- **ADN fetal libre** (una prueba de sangre para detectar anomalías cromosómicas en el bebé)
- **Muestra de vellosidades coriónicas** (para detectar anomalías congénitas y más)
- **Pruebas de ultrasonido** (para observar al bebé en el útero). Durante los primeros tres meses, estas se hacen junto con análisis de sangre para verificar si el bebé corre riesgo de anomalías cromosómicas y más.

Estas y otras pruebas sirven para detectar inquietudes relacionadas con la salud en el bebé. Las pruebas correctas y el momento adecuado para realizarlas dependen de lo siguiente:

- Su edad.
- Su historial médico y el de su familia.

Hable con su médico sobre lo siguiente:

- Qué pruebas son adecuadas para usted
- Qué pueden decirle las pruebas sobre su bebé
- Cualquier riesgo

<sup>1</sup> Si tiene un alto riesgo de padecer preeclampsia, su médico puede recomendarle la administración de una dosis baja de aspirina para prevenir otros problemas durante el embarazo.

## Vacunas:

- **Influenza:** Si está embarazada durante la temporada de influenza (de octubre a marzo), es posible que el médico le indique la vacuna contra la influenza inactivada (virus muerto).
- **Tdap:** Las embarazadas, tanto adolescentes como adultas, deben colocarse la vacuna contra la difteria, el tétanos y la tosferina (Tdap) en cada embarazo. Es mejor colocarse la vacuna entre las 27 y las 36 semanas de gestación, aunque se puede colocar en cualquier momento durante el embarazo.

Es mejor colocarse la mayoría de las vacunas antes de quedar embarazada. Las mujeres deben verificar con el médico para asegurarse de tener todas las vacunas al día.

- NO debe colocarse las siguientes vacunas durante el embarazo:
  - **Sarampión, paperas, rubéola (MMR)**
  - **Varicela**

# Visitas anuales de bienestar: hombres adultos<sup>1</sup>

En la visita, el médico posiblemente le hable sobre:

- Alimentación y actividad física.
- Salud mental, incluida la depresión
- Salud bucal y dental
- Fumar, o cómo dejar de hacerlo
- Cómo evitar ser una fumadora pasiva
- Consumo de alcohol o drogas
- Riesgos de padecer cáncer de piel.
- Violencia doméstica
- La importancia de limitar la exposición a la radiación ultravioleta (UV)
- La importancia del ejercicio en adultos mayores de 65 años para prevenir caídas
- Servicios de planificación familiar, incluso sexo seguro (se podría ofrecer consejería para prevenir infecciones de transmisión sexual en adultos con riesgo elevado) y prevención de embarazos no deseados con la pareja

En esta visita, es posible que le coloquen vacunas y le realicen estos exámenes:

Exámenes médicos	Cuándo realizarlos
Estatura, peso, IMC <sup>3</sup>	Cada año o cuando su médico lo sugiera. A los hombres con un IMC alto (30 o más) se les debe ofrecer asistencia con la pérdida de peso para ayudarlos a aumentar la cantidad de ejercicio y mejorar sus hábitos alimentarios.
Aneurisma aórtico abdominal (vasos sanguíneos agrandados en el abdomen)	Una vez entre los 65 y los 75 años si fumó alguna vez.
Presión arterial	Cada año o cuando su médico lo sugiera. Verifique las lecturas altas en casa otra vez.
Evaluación de riesgos de enfermedad cardiovascular (CVD)	Según lo que indique su médico entre los 40 y los 75 años. A los hombres que presentan un riesgo elevado se les debe ofrecer una dosis de baja a moderada de estatina (medicamento para el colesterol). Se podría requerir una prueba de detección de lípidos para evaluar el riesgo. Desde los 45 y hasta los 75 años, es posible que el médico le recomiende una o más de las siguientes opciones de pruebas: Análisis de materia fecal (heces): <ul style="list-style-type: none"><li>○ Prueba inmunoquímica fecal (PIF)</li><li>○ PIF-ADN: prueba combinada de ADN y heces</li><li>○ Prueba de sangre oculta en heces basada en guayacol (gFOBT)</li></ul>
Cáncer colorrectal	Pruebas visuales: <ul style="list-style-type: none"><li>○ Colonoscopia (con una pequeña cámara en el extremo de un tubo flexible para observar todo su colon)</li><li>○ Colonografía por tomografía computarizada (TC) (usando un escáner de TC para tomar imágenes del interior del colon)</li><li>○ Sigmoidoscopia flexible (con una pequeña cámara en el extremo de un tubo flexible para observar la última parte de su colon, llamada colon sigmoide)</li></ul>

Prueba de glucosa (azúcar en sangre) para la diabetes tipo 2	Según lo que indique su médico entre los 35 y los 70 años, especialmente si tiene sobrepeso u obesidad. Las personas con un nivel alto de azúcar en sangre deben hablar con su médico sobre la consejería para fomentar una dieta sana y la actividad física.
Hepatitis C	Prueba de detección entre los 18 y los 79 años.
Hepatitis B	Prueba de detección si existe un riesgo elevado de infección.
VIH	Según lo que indique su médico entre los 19 y los 60 años de edad. A las personas que presentan alto riesgo de contraer VIH se les debe ofrecer profilaxis previa a la exposición (PrEP).
Sífilis	Prueba de detección si existe un riesgo elevado de infección.
Cáncer de próstata	Si tiene entre 55 y 69 años, analice con su médico los riesgos y los beneficios de las pruebas de detección del cáncer de próstata.
Cáncer de pulmón (detectado con una tomografía computarizada de baja dosis [LDCT])	A partir de los 50 años para las personas con antecedentes de fumar un paquete de cigarrillos por día durante 20 años y que actualmente fuman, o que han dejado de fumar en los últimos 15 años.
Tuberculosis	Prueba de detección de infección latente a aquellos con riesgo elevado.
Depresión	Cada año

<sup>1</sup> Las recomendaciones se clasifican para “hombres” y “mujeres”, pero estas clasificaciones se basan en el sexo (masculino/femenino) y no en la identidad de género (cisgénero, transgénero, no binario, etc.). Los miembros deben tener en cuenta su sexo al nacer y su anatomía actual, y hablar con su médico.<sup>2</sup>

<sup>2</sup> Caughey AB, Krist AH, Wolff TA, et al. USPSTF Approach to Addressing Sex and Gender When Making Recommendations for Clinical Preventive Services. JAMA. 2021; 326(19): 1953-1961.

<sup>3</sup> El peso y la estatura se utilizan para calcular el IMC. El IMC se usa para comprobar si la persona tiene un peso adecuado para su estatura o si su peso es inferior o superior al adecuado.

## Calendario de vacunación sugerido

Para obtener más información sobre las vacunas y las recomendaciones actuales sobre la vacunación contra el COVID 19, visite [cdc.gov/vaccines](https://www.cdc.gov/vaccines).

Vacunas ↓   Edad →	Nacimiento	De 1 a 2 meses	2 meses	4 meses	6 meses	De 6 a 18 meses	De 12 a 15 meses	De 15 a 18 meses	De 19 a 23 meses	De 12 a 15 meses	De 11 a 12 años	De 13 a 18 años	De 19 a 64 años	65 años o más
<b>Hepatitis B</b>	✓	✓				✓							✓	
<b>Rotavirus (RV)</b>			Serie de 2 o 3 dosis											
<b>Difteria, tétanos y tosferina (DtaP)</b>			✓	✓	✓			✓		✓				
<b>Tétanos, difteria, tosferina (Td/Tdap)</b>											Tdap		Cada 10 años	
<b>Haemophilus influenzae tipo b (Hib)</b>			De 3 a 4 dosis entre los 2 y los 15 meses; la primera dosis a los 2 meses y la última entre los 12 y los 15 meses											
<b>Vacuna antineumocócica conjugada (PCV13)</b>			✓	✓	✓		✓							
<b>Antipoliomielítica inactivada (IPV)</b>			✓	✓		✓				✓				
<b>Influenza (gripe)</b>						Recomendada todos los años, desde los 6 meses hasta los 65 años o más; se recomiendan 2 dosis con un intervalo de, al menos, 4 semanas para niños de entre 6 meses y 8 años a los que se les coloca la vacuna por primera vez.								
<b>Sarampión, paperas, rubéola (MMR)</b>							✓			✓				
<b>Varicela</b>							✓			✓				
<b>Hepatitis A</b>							Serie de 2 dosis entre los 12 y los 23 meses, con un intervalo de 6 a 18 meses							
<b>Virus del papiloma humano (VPH)</b>											Serie de 2 o 3 dosis			
<b>Vacuna antimeningocócica</b>										✓		MenACWY: De 11 a 12 años, refuerzo a los 16 años MenB: De 16 a 23 años		
<b>Neumocócica polisacárida (PCV15, PCV20, PPSV23)</b>														✓
<b>Vacuna recombinante contra el herpes zóster (HZ/su)</b>													Serie de 2 dosis para personas a partir de los 50 años; con un intervalo de 2 a 6 meses	

**Hepatitis A (de los 2 a los 18 años):** Intervalo mínimo de 6 meses entre las dos dosis. Si a usted o a su hijo nunca les han colocado esta vacuna, consulte a su médico sobre una vacuna de rescate.

**Hepatitis B:** Se debe colocar la primera dosis en un lapso de 24 horas desde el nacimiento para los nacidos fuera del hospital. Los niños pueden recibir una dosis adicional (serie de cuatro dosis) a los 4 meses si se utiliza la vacuna combinada después de la dosis que se dio al nacer. Las personas de 60 años en adelante deben analizar las posibles vacunas con su médico.

**Rotavirus (RV):** Serie de dos o tres dosis (según la marca de vacuna que se utilice).

**Tdap (de la niñez a la adultez):** Si usted o su hijo (a partir de los 7 años) no se han colocado nunca esta vacuna, hable con su médico acerca de una vacuna de rescate.

**Haemophilus influenzae tipo b (Hib):** Serie de tres o cuatro dosis (según la marca de vacuna que se utilice).

**Antineumocócica conjugada (PCV):** Hable con el médico si su hijo de 14 a 59 meses recibió una serie incompleta de PCV13.

**Influenza (gripe):** Consulte flu.gov o cdc.gov para obtener más información sobre esta vacuna. Se deben administrar dos dosis, con un intervalo de cuatro semanas, a los niños de 6 meses a 8 años que reciban la vacuna por primera vez.

**Sarampión, paperas, rubéola (MMR) y varicela:** Los adolescentes y los adultos deben tener las vacunas MMR al día. Las vacunas contra la varicela son para los niños que no han tenido varicela (MMRV).

**Virus del papiloma humano (VPH):** Los niños de 11 a 12 años reciben dos dosis de la vacuna contra el VPH con seis meses de intervalo como mínimo. (La serie de vacunas puede comenzar a los 9 años). Los adolescentes y los adultos jóvenes que comiencen la serie más adelante (entre los 15 y los 26 años) necesitan tres dosis de la vacuna contra el VPH para protegerse de la infección por VPH cancerígena. Los adultos de 27 a 45 años deben hablar con el médico para ver si la vacuna contra el VPH es adecuada para ellos.

**Meningocócica:** Cuando se administra a adolescentes sanos que no corren un alto riesgo de contraer enfermedad meningocócica, deben colocarse dos dosis de MenACWY. También se recomienda la vacunación para niños y adultos con riesgo elevado. El momento de administración depende de la marca de vacuna que se utilice, de la edad en la que se administre la primera dosis y de los factores de riesgo individuales. En el caso de MenB, las personas entre 16 y 23 años que no presentan alto riesgo deben hablar con su médico sobre la posibilidad de recibir esta vacuna.

**Neumocócica (PCV15, PCV20, PPSV23):** Para adultos a partir de los 65 años que no hayan recibido la PCV o cuando se desconocen los antecedentes. Si recibió una vacuna PSV13, pregúntele a su médico cuál es la dosis adecuada para usted.

**Herpes zóster:** Se recomienda administrar dos dosis de la vacuna Shingrix (HZ/su), con un intervalo de entre 2 y 6 meses, a los adultos de 50 años en adelante, incluidas las personas que se hayan colocado la vacuna Zostavax (contra la culebrilla).

Documentos adjuntos:    Obtenga ayuda en otros idiomas  
                                  Aviso sobre no discriminación

Anthem Blue Cross and Blue Shield es el nombre comercial de  
Compcare Health Services Insurance Corporation, un licenciario independiente de  
Blue Cross and Blue Shield Association. Anthem es una marca comercial registrada de  
Anthem Insurance Companies, Inc.