

## PARA PERMANECER SANOS

### Todos:

- Vacuna anual contra la gripe
- Al menos una vacuna contra la neumonía
- Examen de colesterol cada cinco años

### Mujeres:

- Mamografía y prueba de Papanicolaou anuales

### Hombres:

- Examen anual de próstata y examen anual digital del recto

### Para personas con diabetes:

- HbA1c cada seis meses
- Examen anual de ojos dilatados
- Examen anual de lípidos (grasa en la sangre)

## ¿QUÉ SON Y POR QUÉ ME HACEN FALTA?

### Vacuna contra la gripe

La vacuna contra la gripe ayuda a prevenir una gripe intensa. Usted debe vacunarse contra la gripe todos los años, preferentemente en octubre o noviembre. **Medicare cubre la vacuna contra la gripe. No hay que pagar deducibles ni coseguro.**

### Vacuna contra la neumonía

La vacuna contra la neumonía ayuda a prevenir la enfermedad grave, estadías en el hospital y la muerte. **Medicare**

**cubre la vacuna contra la neumonía cada cinco años. No hay que pagar deducibles ni coseguro.**

### Mamografía

La detección temprana es la mejor protección de la mujer contra el cáncer del seno. Es esencial que las mujeres de 40 años o más se hagan una mamografía anual. **Medicare cubre las mamografías anuales (hay que pagar un 20 por ciento de coseguro).**

### HbA1c (Hemoglobina A1c)

Este análisis de sangre mide la concentración de azúcar en la sangre durante los últimos tres a cuatro meses. Usted debe hacerse este análisis al menos cada seis meses si sufre de diabetes. **Medicare cubre una prueba de HbA1c cada seis meses.**

### Examen de ojos dilatados

El oculista usa gotas para poder ver bien el fondo de sus ojos. Los exámenes frecuentes de los ojos pueden ayudar

a prevenir la ceguera. Usted debe hacerse este examen al menos una vez al año. **Medicare cubre un examen de ojos dilatados todos los años.**

### Examen anual de lípidos (grasa en la sangre)

Este análisis examina cuatro tipos de grasa en la sangre. Usted debe hacerse esta prueba al menos una vez al año si sufre de diabetes. **Medicare cubre un perfil de lípidos por año.**

MEDICARE

SU REGISTRO DE ATENCIÓN MÉDICA PREVENTIVA

Guarde esta tarjeta con su tarjeta de Medicare

## PARA PERMANECER SANOS

### Todos:

- Vacuna anual contra la gripe
- Al menos una vacuna contra la neumonía
- Examen de colesterol cada cinco años

### Mujeres:

- Mamografía y prueba de Papanicolaou anuales

### Hombres:

- Examen anual de próstata y examen anual digital del recto

### Para personas con diabetes:

- HbA1c cada seis meses
- Examen anual de ojos dilatados
- Examen anual de lípidos (grasa en la sangre)

## ¿QUÉ SON Y POR QUÉ ME HACEN FALTA?

### Vacuna contra la gripe

La vacuna contra la gripe ayuda a prevenir una gripe intensa. Usted debe vacunarse contra la gripe todos los años, preferentemente en octubre o noviembre. **Medicare cubre la vacuna contra la gripe. No hay que pagar deducibles ni coseguro.**

### Vacuna contra la neumonía

La vacuna contra la neumonía ayuda a prevenir la enfermedad grave, estadías en el hospital y la muerte. **Medicare**

**cubre la vacuna contra la neumonía cada cinco años. No hay que pagar deducibles ni coseguro.**

### Mamografía

La detección temprana es la mejor protección de la mujer contra el cáncer del seno. Es esencial que las mujeres de 40 años o más se hagan una mamografía anual. **Medicare cubre las mamografías anuales (hay que pagar un 20 por ciento de coseguro).**

### HbA1c (Hemoglobina A1c)

Este análisis de sangre mide la concentración de azúcar en la sangre durante los últimos tres a cuatro meses. Usted debe hacerse este análisis al menos cada seis meses si sufre de diabetes. **Medicare cubre una prueba de HbA1c cada seis meses.**

### Examen de ojos dilatados

El oculista usa gotas para poder ver bien el fondo de sus ojos. Los exámenes frecuentes de los ojos pueden ayudar

a prevenir la ceguera. Usted debe hacerse este examen al menos una vez al año. **Medicare cubre un examen de ojos dilatados todos los años.**

### Examen anual de lípidos (grasa en la sangre)

Este análisis examina cuatro tipos de grasa en la sangre. Usted debe hacerse esta prueba al menos una vez al año si sufre de diabetes. **Medicare cubre un perfil de lípidos por año.**

MEDICARE

SU REGISTRO DE ATENCIÓN MÉDICA PREVENTIVA

Guarde esta tarjeta con su tarjeta de Medicare

Use una pluma o un marcador permanente de punta fina para escribir.

Nombre \_\_\_\_\_  
Doctor \_\_\_\_\_

Pregunte a su doctor acerca de las pruebas enumeradas en esta página. Éstos son servicios médicos preventivos recomendados, pero pueden NO estar cubiertos bajo la Parte B de Medicare. Llame al 1-800-MEDICARE para más información sobre cobertura.

EXÁMENES/PRUEBAS		FECHAS/RESULTADOS	
Examen de colesterol (cada 5 años*)			
Examen de próstata (cada año)			
Prueba de Papanicolaou (cada año)			
Mamografía (cada año)			
Examen digital del recto (cada año)			
INMUNIZACIONES			
Vacuna contra la neumonía			
Vacuna contra la gripe (cada año)			
Otra _____			
SI USTED TIENE DIABETES			
Prueba de HbA1c (cada 6 meses)			
Examen de ojos (cada año)			
Examen de lípidos (grasa en la sangre) (cada año)			
SI USTED TIENE ENFERMEDAD CARDÍACA			
Pregunta a su doctor si alguna de estas medicinas le ayudaría: Inhibidores de ECA    Aspirina Bloqueadores beta			

\* El Grupo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos recomienda este examen/prueba; sin embargo, no está cubierto por Medicare.

Use una pluma o un marcador permanente de punta fina para escribir.

Nombre \_\_\_\_\_  
Doctor \_\_\_\_\_

Pregunte a su doctor acerca de las pruebas enumeradas en esta página. Éstos son servicios médicos preventivos recomendados, pero pueden NO estar cubiertos bajo la Parte B de Medicare. Llame al 1-800-MEDICARE para más información sobre cobertura.

EXÁMENES/PRUEBAS		FECHAS/RESULTADOS	
Examen de colesterol (cada 5 años*)			
Examen de próstata (cada año)			
Prueba de Papanicolaou (cada año)			
Mamografía (cada año)			
Examen digital del recto (cada año)			
INMUNIZACIONES			
Vacuna contra la neumonía			
Vacuna contra la gripe (cada año)			
Otra _____			
SI USTED TIENE DIABETES			
Prueba de HbA1c (cada 6 meses)			
Examen de ojos (cada año)			
Examen de lípidos (grasa en la sangre) (cada año)			
SI USTED TIENE ENFERMEDAD CARDÍACA			
Pregunta a su doctor si alguna de estas medicinas le ayudaría: Inhibidores de ECA    Aspirina Bloqueadores beta			

\* El Grupo de Servicios Preventivos de los Estados Unidos recomienda este examen/prueba; sin embargo, no está cubierto por Medicare.