



# Hombres, denle prioridad a su salud



## Su bienestar es prioridad

- Cortar el césped
- Pasear al perro
- Programar un chequeo médico anual

**Algunas tareas deben de atenderse primero.**

**Los exámenes preventivos son importantes para su salud.** Las pruebas de detección ayudan a identificar problemas de salud ocultos en su etapa temprana, antes de tener síntomas y cuando son más fáciles de tratar. **Su bienestar es prioridad.** Ahora es el momento de darle prioridad a su salud.



# SI TIENE SEGURO DE GASTOS MÉDICOS, SU COBERTURA MÉDICA INCLUYE VARIOS EXÁMENES PREVENTIVOS\* SIN COSTO PARA USTED. ESTO SIGNIFICA QUE NO TENDRÁ QUE PAGAR NADA CUANDO SE HAGA UN EXAMEN.

El tipo de pruebas de detección que pueda necesitar depende de su edad y otros factores de riesgo. A continuación, compartimos una lista de algunas de las pruebas de detección que son importantes para los hombres.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, en inglés) indican que las cinco causas principales de muerte en los hombres son las enfermedades cardíacas, el cáncer, las lesiones accidentales, las enfermedades pulmonares y los derrames cerebrales.

- **Cáncer:** cada año, más de 300,000 hombres pierden sus vidas por el cáncer. Los cánceres más comunes en los hombres son el de piel, próstata, pulmones y colorrectal. Es importante hacerse exámenes preventivos de cáncer regularmente. Hable con su médico para saber qué tipos de prueba de detección necesita y con qué frecuencia.



- **Presión arterial:** la presión arterial alta o hipertensión no siempre vienen con señales o síntomas, por lo que es conveniente hacerse una prueba. Si tiene presión arterial alta, su médico lo puede asesorar sobre cómo reducirla.
- **Colesterol:** el colesterol alto lo pone en riesgo de padecer enfermedades cardíacas o de sufrir un ataque cardíaco. Los hombres mayores de 35 años deben hacerse una prueba de colesterol regularmente.
- **Diabetes tipo 2:** si tiene presión arterial alta, es recomendable hacerse un examen de diabetes tipo 2 porque si no se controla correctamente, la diabetes puede provocar otros problemas de salud. De hecho, las personas que no saben que tienen diabetes tipo 2, tienen un riesgo mucho mayor de padecer un derrame cerebral o una enfermedad cardíaca.
- **Depresión:** no se olvide de que su salud mental es tan importante como la salud física. Si se siente triste y desesperanzado durante más de dos semanas, le recomendamos hablar con su médico para hacerse un examen de depresión.
- **Visión y audición:** si tiene problemas de la vista o de la audición, acuda a hacerse un examen. Ambos están incluidos en su cobertura.

\*Los servicios de prevención sin costo son aplicables únicamente a los asegurados con coberturas médicas sin derechos adquiridos. Es posible que tenga que pagar el costo total o parcial de la atención médica preventiva si su cobertura médica tiene derechos adquiridos. Comuníquese con Servicio al Cliente al número en su tarjeta de asegurado para confirmar si tiene o no una cobertura médica con derechos adquiridos.