

¡Manténgase sano, y feliz!



CareSource desea asegurarse de que usted se mantenga saludable y sea feliz. Hay varias actividades de salud que puede hacer para garantizar que se mantenga saludable. La siguiente tabla le permite saber qué atención o prueba puede necesitar a su edad.

Sin embargo, su médico le dirá exactamente qué actividades de salud preventiva necesita y son apropiadas para usted con base en su historial médico.

HIP Basic o HIP State Plan Basic

Si le queda dinero en su cuenta de bienestar y responsabilidad personal (Personal Wellness and Responsibility, POWER) al final de su período de beneficios y recibe los servicios preventivos recomendados, tendrá la opción de recibir los beneficios de HIP Plus en el futuro a un costo mensual reducido. Si NO recibe atención preventiva, pero tiene dinero

sobranante que usted contribuyó a la cuenta, estos fondos se aplicarán como un crédito y tendrá la opción de recibir HIP Plus. Sin embargo, su crédito estará sujeto a una multa del 25 % ya que usted no mantuvo su inscripción a HIP Plus. Este proceso ocurrirá 120 días después de que finalice su período de beneficios.

HIP Plus o HIP State Plan Plus

Si le queda dinero en su cuenta POWER al final de su período de beneficios y recibe los servicios preventivos recomendados, usted será elegible para que sus fondos sobrantes se dupliquen. Esto puede dar lugar a que reciba sus beneficios de HIP Plus a un costo mucho menor o de manera gratuita en el período de beneficios actual. Si usted NO recibe la atención preventiva que necesita, parte del dinero acumulado en su cuenta POWER se traspasará, pero no se duplicará.

Actividades recomendadas	20 años	30 años	40 años	50 años	60 años o más
Examen físico anual	✓	✓	✓	✓	✓
Evaluación de detección de cáncer de cuello uterino	✓	✓	✓	✓	✓
Monitoreo del colesterol	✓	✓	✓	✓	✓
Examen odontológico (solo HIP Plus)	✓	✓	✓	✓	✓
Examen oftalmológico (solo HIP Plus)	✓	✓	✓	✓	✓
Vacuna antigripal	✓	✓	✓	✓	✓
Vacuna de refuerzo contra el tétanos y la difteria (Td)	✓	✓	✓	✓	✓
Evaluación de detección de clamidia	Menores de 25 años				
Evaluación de detección de diabetes			✓	✓	✓
Evaluación de detección de cáncer de seno:				✓	✓
Evaluación de detección de cáncer colorrectal				✓	✓
Vacuna antineumocócica					✓
Vacuna contra el herpes zóster					✓

Examen físico anual: es importante que su médico la examine al menos una vez al año. Esto es así aunque usted se sienta saludable.

Evaluación de detección de cáncer de cuello

uterino: de los 21 a los 30 años, realícese una prueba de Papanicolaou una vez cada tres años si tiene cuello uterino. Las mujeres de entre 30 y 65 años deben hacerse una prueba de Papanicolaou una vez cada cinco años si también tienen un resultado normal en la prueba del Virus del papiloma humano (VPH). Después de los 65 años, la mayoría de las mujeres que no hayan sido diagnosticadas con cáncer de cuello uterino pueden dejar de realizarse las pruebas de Papanicolaou si obtuvieron 3 resultados negativos en los últimos 10 años.

Monitoreo del colesterol: Hágase controlar el colesterol a partir de los 20 años. Si su nivel está dentro de los límites normales, hágase un control cada 5 años. Independientemente de su edad, si su nivel de colesterol no está dentro de los límites normales, si tiene diabetes, enfermedad cardíaca, problemas renales, o si experimenta cambios en su peso o dieta, es posible que su médico desee controlarle el colesterol con más frecuencia.

Examen odontológico: debe realizarse una limpieza dental al menos una vez por año.

Examen oftalmológico: haga que revisen sus ojos una vez cada dos años. Pregúntele a su médico si necesita un control con más frecuencia.

Vacuna antigripal: se recomienda que la mayoría de los adultos reciba la vacuna contra la gripe una vez por año.

Vacuna de refuerzo contra el tétanos y la difteria (Td): debe recibir una vacuna de refuerzo contra el tétanos y la difteria (Td) cada 10 años.

Fuentes: USPSTF, MedLinePlus y CDC

CareSource cumple con las leyes vigentes de derechos civiles estatales y federales y no discrimina basándose en la edad, el sexo, la identidad de género, el color de piel, la raza, una discapacidad, la nacionalidad, el estado civil, la preferencia sexual, la creencia religiosa, el estado de salud o el estado de asistencia pública.

Si usted o alguien a quien ayuda tiene preguntas sobre CareSource, tiene derecho a recibir esta información y ayuda en su propio idioma sin costo. Para hablar con un intérprete, llame al número de Servicios para Afiliados que figura en su tarjeta de identificación.

如果您或者您在帮助的人对 CareSource 存有疑问, 您有权 免费获得以您的语言提供的帮助和信息。 如果您需要与一位翻译交谈, 请拨打您的会员 ID 卡上的会员服务电话号码。

Evaluación de detección de clamidia: las mujeres menores de 25 años deben realizarse una prueba de detección de clamidia cada año, o según las indicaciones de su médico.

Evaluación de detección de diabetes: las personas de 44 años o más que estén sanas deben realizarse una prueba cada 3 años. Independientemente de su edad, si tiene sobrepeso (IMC por encima de 25) o tiene presión arterial alta, es posible que su médico le haga un examen de detección de diabetes. Todos los asiáticos estadounidenses deben realizarse controles si su índice de masa corporal (IMC) está por encima de 23.

Evaluación de detección de cáncer de seno: las mujeres entre 50 y 75 años deben realizarse una mamografía y una radiografía de sus senos al menos una vez cada dos años. Si tiene menos de 50 años, su médico puede recomendarle hacerse una prueba de detección si tiene un historial familiar importante de cáncer de seno.

Evaluación de detección de cáncer colorrectal: entre los 50 y 75 años, haga que le realicen una evaluación de detección de cáncer colorrectal. Hable con su médico acerca de la mejor prueba de detección para usted. Si es menor de 50 años, su médico puede recomendarle que se realice la prueba si tiene un historial familiar importante de cáncer colorrectal u otros factores de riesgo.

Vacuna antineumocócica: si tiene 65 años o más, debe recibir la vacuna contra la neumonía. Si es menor de 65 años y padece otras afecciones médicas, su médico podría recomendarla.

Vacuna contra el herpes zóster: si tiene más de 60 años, hable con su médico acerca de recibir la vacuna contra el herpes zóster. Las personas con un sistema inmune débil no deben recibir la vacuna.