



Mi Salud, Mi Voz: Una Guía Paso a Paso Para Mujeres Sobre Cómo Usar el Seguro Médico

Este folleto es parte de una serie. Si desea ver más, visite MyHealthMyVoice.com

diciembre de 2015

¿Qué es un examen general de la mujer?

Es un examen médico gratuito anual sólo para mujeres.

Gracias a la Ley de Cuidado de Salud a Bajo Precio, si usted tiene seguro médico, su examen general de la mujer y muchos otros servicios preventivos de salud son gratuitos. El cuidado preventivo es la atención médica habitual con la intención de mantener la salud y evitar enfermedades.

Aunque usted no necesite un Papanicolaou o una mamografía, sí debe hacerse anualmente su examen general para mujeres.

GRATIS

¿Qué otros servicios puedo obtener gratis?

Los siguientes son algunos servicios preventivos que podrá conseguir gratis:

- Anticonceptivos
- Pruebas de VIH
- Vacunas contra la influenza
- Pruebas para infecciones de transmisión sexual (ITS)
- Pruebas de la presión arterial
- Ayuda para dejar de fumar

¿Cómo puedo solicitar un examen general de la mujer?



Primero, elija un proveedor/a de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) y haga una cita. Su PCP puede ser un/a doctor/a, un/a enfermero/a especializado/a o un/a asistente médico que acepte su seguro.

Algunos proveedores de atención primaria se especializan tanto en la salud de las mujeres como en la salud en general. Muchos/as enfermeros/as especializados/as hacen ambas cosas. Pero si para obtener todos los servicios generales de la mujer necesita consultar



a dos proveedores diferentes, por ejemplo, a un/a doctor/a de familia y a un/a ginecólogo/a obstetra, está perfectamente bien. Su seguro cubrirá más de una cita para la atención preventiva.

¿Qué sucede durante el examen general de la mujer?

1. Usted y su proveedor/a de atención primaria (doctor/a o enfermero/a especializado/a) hablarán sobre la historia de su salud y la de su familia, así como también de las maneras en que su estilo de vida puede afectar su salud. Luego, platicarán sobre las metas para su salud.
2. Su doctor/a la examinará y le hará pruebas para ver si tiene alguna condición de salud que necesite tratamiento. Él o ella también le aplicará cualquier vacuna que necesite, por ejemplo, la vacuna contra la influenza.
3. Su doctor/a debe preguntarle si desea quedar embarazada o si necesita anti-conceptivos. Ahora los anticonceptivos están cubiertos sin ningún costo adicional e incluyen tanto pastillas anticonceptivas como otros métodos, tales como los dispositivos intrauterinos (DIUs), que cuestan más pero funcionan por mucho más tiempo.

Lo que suceda durante su examen general de la mujer dependerá mucho de su edad, sus condiciones de salud y el tiempo transcurrido desde su último examen.

Prepárese para su examen general de la mujer.

Si está preparada podrá aprovechar al máximo el examen. Piense en las preguntas que quisiera hacerle a su doctor/a y apúntelas antes de llegar a la cita.

Traiga cualquier medicamento que esté tomando. Traiga también papel y algo con que escribir para anotar lo que dice el/la doctor/a.

Su proveedor/a de atención primaria le pedirá información sobre su historia médica para tener una mejor idea sobre usted y su salud. Antes de su examen general para mujeres pregunte a sus familiares si alguno/a de sus padres, abuelos/as, padres, tías/os o hermanos/as ha tenido algunas de estas condiciones:

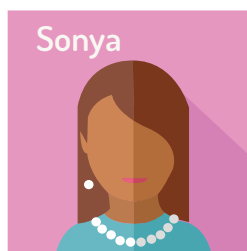
- Diabetes
- Asma
- Enfermedad cardiovascular
- Accidente cerebrovascular (derrame cerebral)
- Cáncer del colon
- Cáncer del seno
- Cáncer de ovario

Una lista para su visita con el/la doctor/a

Traiga lo siguiente:

- Tarjeta de seguro médico.
- Una lista de metas y preocupaciones que desee discutir con su proveedor/a de atención primaria.
- Algo para tomar notas durante la cita.
- La historia médica de su familia.
- Los paquetes o frascos de los medicamentos que está tomando.
- Su calendario, por si necesita programar otras citas con el/la doctor/a u otras pruebas.
- Opcional: alguien que la apoye en cuanto a su salud, una persona en quien usted confíe que pueda acompañarla a la cita.

Haga Preguntas



Tengo una pregunta...

Durante su visita, no dude en hacer todas las preguntas que tenga sobre su salud. No tenga miedo de pedirle a su médico/a que repita algo o que se lo anote.

También tiene el derecho a saber qué pruebas su doctor/a quiere hacerle y por qué. Pregunte si alguna de estas pruebas tiene costo.

Siga las instrucciones que le dio su doctor/a.



Averigüe los resultados de cualquier prueba que le hayan hecho, tal como la prueba de Papanicolaou.

Surta sus recetas. Cuando vaya a la farmacia, asegúrese de que su seguro pagará por el medicamento. Siga las indicaciones de su doctor/a para tomar los medicamentos.

www

Para ver una lista completa de servicios preventivos gratuitos y para aprender sobre cómo recibir lo que necesita sin tener que pagar, visite MyHealthMyVoice.com

CREADO POR:

©2015 Raising Women's Voices for the health care we need
Alzando las voces de las mujeres para la atención médica que necesitamos

VISITE: MyHealthMyVoice.com