

# Programa un examen anual como su punto de control para la salud preventiva



## ¿Anotó un examen médico en su lista de control?

Hacerse un examen médico anual es una de las cosas más importantes que puede hacer para mantenerse saludable. Hable con su médico sobre los exámenes que necesitará este año. Utilice esta lista como una guía para su conversación:

- Control del nivel de colesterol
- Glucosa en sangre (azúcar) para detectar la diabetes
- Examen de hipertensión arterial
- Control de cáncer de colon
- Control de cáncer de piel
- Exámenes específicos para hombres y mujeres
- Inmunizaciones

Tómese el tiempo para hacerse controles anuales. Realizarse los exámenes médicos, servicios y tratamiento apropiados le ayuda a aumentar sus posibilidades de vivir una vida más sana y prolongada.

Consulte el folleto de beneficios para saber si la cobertura de su plan médico paga este tipo de exámenes.



Agregar *My Care Profile* (Mi perfil de atención) —su registro médico en línea— a su lista de control. Réviselo ingresando a *Blue Access® for Members* y haciendo clic en el ícono *Personal Health Manager*. Busque la casilla *My Care Profile*, y seleccione *Access Your Care Profile*.



**BlueCross BlueShield  
of Texas**

*Experience. Wellness. Everywhere.®*

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

52007.0709 SP