

TRS-ActiveCare

HAGA DE SU SALUD  
UNA PRIORIDAD



## Proteja su salud – Hágase un examen anual preventivo para la mujer

**Usted es única.** Un chequeo anual es una gran manera de cuidar de sí misma. Hacerse un examen completo puede ayudar a detectar problemas de salud a tiempo. Durante su examen, usted puede esperar lo siguiente:

**Un registro de sus estadísticas.** Medirán y tomarán nota de su altura, peso y presión arterial.

**Converse sobre su historial médico y su estilo de vida.** Comparta con el médico información sobre sus problemas médicos, su salud sexual, el ejercicio y la dieta que hace.

**Revisar sus medicamentos.** Comparta información con su médico acerca de los medicamentos, vitaminas, minerales y suplementos herbales que toma para evitar posibles interacciones dañinas entre ellos.

**Un examen físico completo.** Revisarán su corazón, pulmones, cuello, abdomen, senos y área pélvica para verificar que no exista algún problema.

**Exámenes preventivos.** Aprenda cuándo y con qué frecuencia debe hacerse una mamografía, un examen de colon, entre otros.

**Vacunas.** Su profesional médico le mantendrá actualizado en su esquema de vacunación.

**Conversar sobre sus objetivos de salud.** Diseñe un plan con su médico para ayudar a proteger su salud.



Programe hoy su examen anual  
preventivo para la mujer.

Fuentes: *Get Your Well-Woman Visit Every Year.* U.S. Department of Health and Human Services. 2020.  
*Women's Preventive Health: Routine Screenings and Recommendations.* University of Texas Medical Branch. 2020.

758566.0323



BlueCross BlueShield of Texas

Blue Cross and Blue Shield of Texas, a Division of Health Care Service Corporation,  
a Mutual Legal Reserve Company, an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association