



INFORMACION PARA PACIENTES

QUÉ DEBE INCLUIR UN CHEQUEO GENERAL DE SALUD

Cada año, un control médico de rutina debe hacerse para conocer el estado de salud y detectar de manera precoz si algo no anda bien. Todo lo que el médico debe evaluar

Eso de "**más vale prevenir que curar**" aplica a la medicina como a casi ningún otro aspecto de la vida cotidiana. Es que, se sabe, que detectar a tiempo cualquier cuestión que pueda estar afectando nuestra salud siempre es de gran ayuda al momento de plantear un tratamiento efectivo.

Y para eso, nada mejor que cumplir de manera estricta con el recomendado chequeo anual, que no es ni más ni menos que un sistema de control de carácter preventivo, que no busca llegar a un diagnóstico sino **detectar valores que puedan derivar en patologías que afecten a la salud**.

La **medicina preventiva** es fundamental, dado que un gran porcentaje de las enfermedades se encontraron y previnieron mediante la realización de estos estudios. Es muy importante que toda persona se realice al menos un chequeo médico al año para detectar potenciales inconvenientes que, en un futuro, pueden acarrear problemas más serios.

El médico de cabecera (medico familiar) es el primer eslabón de una cadena de especialistas que revisarán a fondo nuestros hábitos de vida y nuestras constantes metabólicas para asegurarse de que todo funciona correctamente. El especialista es la siguiente parada en nuestra revisión, y va a ser quien decida qué pruebas deben realizarse.

Cuando una persona decide evaluar su salud, muchas veces se encuentra con la duda de qué pruebas debe solicitar. Aquí, algunas recomendaciones para saber qué revisiones periódicas debemos realizarnos.

"La medicina preventiva es fundamental; un gran porcentaje de enfermedades se encuentran y previenen mediante la realización de estos estudios"

Comúnmente un chequeo incluye:

- Examen físico completo

- Hemograma completo
- Análisis de orina
- Control de peso y tensión arterial

En personas jóvenes sin sintomatología, **los médicos recomiendan que no se dejen pasar más de dos años sin hacer este tipo de análisis.**

Otros estudios de importancia

- **Mamas y útero:** Las mujeres, además, deben realizarse un **control ginecológico anual**, que después de los 40 años debe incluir mamografías y chequeos que incluyan la detección del virus del HPV.

- **Próstata:** Los hombres de más de 50 años deben realizarse un análisis de su situación de manera anual.

- **Colon y recto:** Las personas mayores de 50 años deberán realizarse una **colonoscopia** para controlar el estado del área colorrectal.

- **Pulmones:** Los fumadores es recomendable que realicen revisiones periódicas de este órgano. La **radiografía de tórax** sirve en estos casos.

Seguir estas recomendaciones puede ser clave a la hora de la detección precoz de las enfermedades. **El diagnóstico precoz mejora la sobrevida y la calidad de vida de los pacientes.** La visita periódica al médico y la realización de los chequeos, no sólo permitirán conocer si existen factores de riesgo de diversas enfermedades con anticipación, sino que ayudarán a tomar conciencia sobre el propio cuidado.