



Ahora, los beneficios de atención médica incluyen una manera de identificar ciertas afecciones desde el principio para comenzar el tratamiento antes de que lleguen a ser crónicas o potencialmente mortales.

Estos beneficios se proporcionan a través del examen físico preventivo inicial (o el examen de bienvenida a Medicare) y, posteriormente, en una visita de bienestar anual. Este recurso describirá cada examen y cómo puede beneficiar su salud y su bienestar general.

## ▶ Examen físico preventivo inicial

El examen físico preventivo inicial, también conocido como el "examen de bienvenida a Medicare" se ofrece a todos los beneficiarios de forma gratuita durante los primeros 12 meses de la cobertura de la Parte B de Medicare.

Se trata de una única visita preventiva que ayuda a que usted y su médico desarrollen un plan personalizado para prevenir enfermedades, mejorar su salud, y lo ayudará a mantenerse sano.

### Algunos puntos para recordar:

Es un servicio gratuito y sin copago ni deducible por la visita.

- Una vez que se haya registrado en la Parte B, llame a su médico y programe su examen de bienvenida a Medicare.
- La visita incluye una revisión integral de su historia clínica, exámenes preventivos y pruebas de detección, y la planificación para un futuro saludable.

## ¿Qué debe esperar durante el examen?

Durante la visita, su médico hará lo siguiente:

- ✓ Registrará y evaluará su historia clínica y familiar, su estado de salud actual, sus recetas, y analizará la planificación para las últimas etapas de su vida;
- ✓ Revisará su presión arterial, visión, peso y altura para obtener una base de referencia para su atención;
- ✓ Se asegurará de que esté al día con las pruebas de detección preventivas y los servicios, tales como exámenes de detección de cáncer y vacunas; y
- ✓ Solicitará otras pruebas, según su estado general de salud y su historia clínica.

Después de la visita, el médico le dará un plan o una lista de control con exámenes de detección y servicios preventivos que usted pueda necesitar (como mamografías o colonoscopías). Este también es un excelente momento para hablar con su médico acerca de cualquier preocupación que pueda tener.

## ¿Qué debe traer al examen?

- ✓ **Registros médicos, incluidos los registros de vacunación.** Incluso cuando su médico actual realice la visita, reúna toda la información posible para asegurarse de que nada se pase por alto.
- ✓ **Historia clínica familiar.** Antes de la cita, trate de conocer en la mayor medida posible la historia clínica de su familia. Esto ayudará a que usted y su médico comprendan mejor los resultados de los exámenes de detección que debería obtener y qué esperar en el futuro.
- ✓ **Medicamentos recetados.** Traiga una lista de todos los medicamentos recetados, medicamentos de venta libre, vitaminas y suplementos que toma actualmente, la

frecuencia con que los toma y el motivo por el cual los toma.

## ▶ **Visita de bienestar anual**

Las personas con Medicare pueden recibir un examen de bienestar anual cada 12 meses. Esta visita anual ayudará a que usted y su médico desarrollen o actualicen un plan personalizado para evitar enfermedades en función de su estado de salud y los factores de riesgo actuales. Algunos puntos para recordar:

- Debe contar con la Parte B de Medicare por más de 12 meses.
- Si ya contaba con el examen de bienvenida a Medicare, el primer examen de bienestar anual no se podrá realizar hasta 12 meses después.
- No es necesario que se realice un examen de bienvenida a Medicare para ser elegible para una visita de bienestar anual.
- Este no es un examen físico de rutina. Medicare no proporciona cobertura para los exámenes físicos de rutina.
- Usted no paga el examen.\*

*\* Si se realiza pruebas o servicios adicionales durante la misma visita que no estén cubiertos por los beneficios preventivos, es posible que deba pagar el coseguro y es posible que se aplique el deducible de la Parte B de Medicare.*

Cualquier profesional de la salud puede proporcionar un examen de bienestar anual. Entre los profesionales se incluyen médicos, asistentes médicos, enfermeros especialistas, especialistas en enfermería clínica y otros profesionales médicos, o un equipo de este tipo de profesionales médicos que trabajen bajo la supervisión directa de un médico.

## **Durante la visita, su médico hará lo siguiente:**

- ✓ Revisar la historia clínica y familiar.
- ✓ Detectar cualquier deterioro cognitivo.

- ✓ Tomar la presión arterial, el peso, la altura, el índice de masa corporal y otras mediciones de rutina.
- ✓ Revisar factores de riesgo potenciales respecto de la depresión, la capacidad funcional y el nivel de seguridad.
- ✓ Desarrollar un programa de exámenes de detección por escrito (como una lista de verificación) para los próximos 5 a 10 años. Esto incluye una lista de factores y condiciones de riesgo, donde se recomienden intervenciones.
- ✓ Ofrecer consejos médicos personalizados y referencias para la educación sobre la salud y el asesoramiento preventivo.

## **Lleve con usted la siguiente información:**

- ✓ **Registros médicos**, incluidos los registros de vacunación;
- ✓ **Historia clínica familiar**, con el mayor detalle posible;
- ✓ Una **lista completa de medicamentos y suplementos**, incluidos calcio y vitaminas, con qué frecuencia los toma y en qué cantidad; y
- ✓ Una **lista completa de sus prestadores y proveedores actuales** encargados de brindarle atención.

Si desea recibir ayuda con respecto a la información incluida en esta publicación, comuníquese sin cargo con la Línea de ayuda para personas mayores llamando al 1-800-96-ELDER (**1-800-963-5337**) y solicite hablar con un **asesor de SHINE**.

El Programa SHINE (Serving Health Insurance Needs of Elders) de Florida ofrece asesoramiento gratuito y objetivo sobre seguros de salud a discapacitados y ancianos y a sus respectivos familiares y cuidadores. Para obtener más información sobre cuestiones relacionadas con los seguros de salud, visite nuestro sitio web en [www.floridashine.org](http://www.floridashine.org).