



LOGRAR UN ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

Mejorando la salud de las personas mayores de 50

Exámenes que debe discutir con su profesional médico

Esta herramienta destaca algunos de los exámenes/pruebas recomendadas para ayudarle a identificar y manejar condiciones relacionadas con el envejecimiento. Pueden ayudarle a tener conversaciones productivas y positivas con su equipo de atención médica.

Cuando la gente envejece, puede experimentar señales de enfermedades físicas y mentales comunes. Estas enfermedades pueden afectar la salud ósea, la concentración y cognición, estado de ánimo y otras funciones.

Aunque esto es una parte normal de envejecer, estas señales pueden experimentarse de manera más temprana o frecuente para las personas que viven con VIH. Esto es especialmente cierto para aquellos con VIH no suprimido.

Cuando se identifican de manera temprana, estas condiciones pueden manejarse y mejorarse. Esto permite a los adultos mayores con VIH vivir de una manera más saludable y completa.

Este folleto está diseñado para que usted pueda colaborar con su profesional médico para abordar sus inquietudes sobre el envejecimiento.



Department
of Health

Un agradecimiento especial a Manhattan Ending the Epidemic Regional Steering Committee por proporcionar información de la comunidad en la creación de este folleto.



Department
of Health

Use esta lista al hablar con su profesional médico.

Marque cada elemento cuando lo haya revisado.



- ☐ Exámenes de evaluación de salud mental
memoria, cognición • depresión, ansiedad,
aislamiento • detección de experiencias infantiles adversas
(ACE)



- ☐ Densitometría ósea /DEXA



- ☐ Examen de la vista y prueba de lectura



- ☐ Examen de movilidad/fragilidad



- ☐ Prueba auditiva



- ☐ Examen dental



- ☐ Examen de atención integrada para
personas mayores(ICOPE)



- ☐ Evaluación de riesgo de caídas



- ☐ Análisis de lípidos para el colesterol y las
cardiopatías, prueba de creatinina para la función
renal, cribado pulmonar para el EPOC (enfermedad
pulmonar obstructiva crónica) y radiografía para la
enfermedad pulmonar.

POR FAVOR TOME EN CUENTA: Su profesional médico puede recomendar otros exámenes/pruebas basándose en cómo se siente, sus inquietudes de salud o su historial médico. Se podrían recomendar algunas citas de seguimiento.

Al prepararse para su cita:

- Use esta herramienta para escribir preguntas que desee hacer a su profesional médico acerca de su salud.
- Pregunte a su profesional médico que tan frecuentemente debe realizar estas evaluaciones.
- Si tiene preguntas relacionadas a los servicios de cobertura de su seguro, llame al número de teléfono al reverso de su tarjeta de seguro o hable con su trabajador social.
- Navegar el sistema de salud puede ser retador. No tema pedir ayuda a amigos y familiares.

Nombre de mi Profesional Médico

Fecha de la Cita