



# SPOTLIGHT *on* HEALTH

*Enfoque en la salud*

## Pruebas de detección para adultos

Las pruebas de detección para la atención médica ayudan a mantener la salud general de todos los individuos. Estas citas de rutina, que van desde las relacionadas con el cáncer de mama hasta el cuidado de la diabetes, constituyen una medida de prevención altamente recomendada para todos. En el interior encontrará más información acerca de qué pruebas de detección debe programar de manera regular y de las razones por las cuales son una parte importante de su salud.



## Adult Screenings

Health care screenings help maintain overall health in all individuals. From breast cancer screenings to comprehensive diabetes care, these routine appointments are a highly recommended preventive measure for everyone. Learn more inside about what screenings you should schedule regularly and why they are an important part of your health.

[Allwell.SuperiorHealthPlan.com](https://Allwell.SuperiorHealthPlan.com)

SHP\_20217906

Y0020\_SHP\_20217906\_C\_BIL\_07292021

## ADULT SCREENINGS

As you get older, your need for regular medical testing usually increases. Now is when you need to be proactive about your health and monitor changes in your body. Health screenings help you and your provider recognize and anticipate medical issues. These screenings also allow your provider to compare test results over time, increasing the chances of preventing a potential problem through interventions like medications or lifestyle changes. **Adults should receive regular health screenings to detect illnesses even before noticeable symptoms are present. Below are three screenings that should form part of your yearly health care:**

Putting Your Health First		Priorice su salud	
<p><b>A breast cancer screening is called a mammogram, which is an x-ray of the breast.</b> It shows any unusual cells growing in the breast tissue. You should get a mammogram once a year starting at age 50.</p>	<p><b>It is important to schedule your breast cancer screening because</b> many individuals who get breast cancer have no known risk factors and no history of the disease in their families.</p>	<p><b>Breast Cancer Screening</b></p>  <p><b>Prueba de detección del cáncer de mama</b></p>	<p><b>Una prueba de detección para el cáncer de mama se denomina mamografía y es una radiografía de la mama.</b> Muestra cualquier célula anormal que crezca en el tejido mamario. Una vez cumplidos los 50 años, debe hacerse una mamografía una vez al año.</p> <p><b>Es importante programar su prueba de detección del cáncer de mama porque</b> muchas personas que lo padecen no tienen factores de riesgo conocidos ni una historia familiar de la enfermedad.</p>
<p><b>Comprehensive diabetes care includes three different assessments: HbA1c test, kidney screening and retinal eye exam.</b> Together, these assessments screen for your body's average blood sugar, kidney damage and if you have any vision problems.</p>	<p><b>It is important to schedule ALL diabetes screenings because</b> if left unmanaged, diabetes can lead to serious health complications.</p>	<p><b>Comprehensive Diabetes Care</b></p>  <p><b>Cuidado integral de la diabetes</b></p>	<p><b>El cuidado integral de la diabetes incluye tres evaluaciones diferentes: la prueba HbA1c, una prueba de detección renal y un examen de la retina (fondo de ojos).</b> La combinación de estas evaluaciones detectan el promedio de azúcar en sangre, el daño renal y los problemas de visión.</p> <p><b>Es importante programar todas las pruebas de detección para la diabetes porque</b> si no se la controla, la enfermedad puede originar serias complicaciones de salud.</p>
<p><b>A colorectal screening is a test used to screen for colorectal cancer.</b> Colorectal cancer usually develops from precancerous polyps (abnormal growths) in the colon or rectum. The U.S. Preventive Services Task Force (USPSTF) recommends adults ages 45 – 75 be screened for colorectal cancer.</p>	<p><b>It is important to schedule your colorectal screening because</b> it can find precancerous polyps and these can be removed before they turn into cancer.</p>	<p><b>Colorectal Screening</b></p>  <p><b>Prueba de detección de cáncer colorrectal</b></p>	<p><b>Una prueba de detección colorrectal es una prueba que se utiliza para evaluar si hay cáncer en esa zona.</b> Generalmente, el cáncer colorrectal se desarrolla a partir de pólipos precancerosos (crecimientos anormales) en el colon o en el recto. El Grupo de Trabajo sobre Servicios Preventivos de los Estados Unidos (USPSTF) recomienda que los adultos entre los 45 y los 75 años se realicen pruebas para detectar el cáncer colorrectal.</p> <p><b>Es importante programar su prueba de detección para el cáncer colorrectal porque</b> de esa manera se pueden hallar pólipos precancerosos que pueden ser eliminados antes de que se conviertan en cáncer.</p>

Source: Johns Hopkins Medicine

 Allwell from Superior HealthPlan also offers you the ability to earn rewards by completing specific health screenings and care visits. If you want to know more about how you may be able to earn rewards by taking good care of yourself, please call **Member Services at 1-844-796-6811 (HMO), 1-877-935-8023 (HMO SNP) (TTY: 711).** From October 1 to March 31, you can call us 7 days a week from **8 a.m. to 8 p.m.** From April 1 to September 30, you can call us Monday through Friday from **8 a.m. to 8 p.m.** A messaging system is used after hours, weekends, and on federal holidays.

## PRUEBAS DE DETECCIÓN PARA ADULTOS

Por lo general, a medida que el cuerpo envejece, aumenta la necesidad de realizarse exámenes médicos de rutina. Es en ese momento cuando se debe actuar de manera proactiva respecto de nuestra salud y controlar los cambios en el cuerpo. Las pruebas de detección ayudan a que usted y su proveedor reconozcan y anticipen los problemas médicos. Estas revisiones también permiten que su proveedor compare los resultados de las pruebas a través del tiempo, aumentando así las posibilidades de prevenir un problema potencial mediante intervenciones como cambios en los medicamentos o en el estilo de vida. **Los adultos deben realizarse pruebas de detección relacionadas con la salud de manera regular para hallar enfermedades incluso antes de que se evidencien los síntomas. A continuación, se detallan tres pruebas de detección que deben formar parte de su atención médica anual:**

Fuente: Johns Hopkins Medicine

 Allwell de Superior HealthPlan también le ofrece la posibilidad de ganar recompensas al completar determinadas pruebas de detección y visitas de atención médica. Si desea conocer más acerca de cómo podría ganar recompensas a través del cuidado adecuado de su salud, llame a **Servicios para miembros a los números 1-844-796-6811 (HMO), 1-877-935-8023 (HMO SNP) (TTY: 711).** Entre el 1.º de octubre y el 31 de marzo, puede llamarnos los 7 días de la semana, de **8:00 a. m. a 8:00 p. m.** Entre el 1.º de abril y el 30 de septiembre, puede llamarnos de lunes a viernes, de **8:00 a. m. a 8:00 p. m.** Se usa un sistema de mensajería para las llamadas fuera del horario laboral habitual, los fines de semana y los días festivos federales.



Forum II Building  
7990 IH 10 West, Suite 300  
San Antonio, TX 78230

# SPOTLIGHT *on* HEALTH

## *Enfoque en la salud*

Health and wellness or prevention information.  
Información de salud y bienestar o prevención.

2021 / ISSUE 4 / EDICIÓN 4

Prescription medications are often an important part of your treatment plan. Some medications need to be taken regularly to control or lessen the symptoms of a condition. Other medications help keep you comfortable and can be taken as needed. Medications only work as intended when you take them as prescribed by your provider. If you see more than one provider, it is important that each one knows about all of the medications you take. This is to make sure your medications work well together.

Con frecuencia, los medicamentos recetados son una parte importante de su plan de tratamiento. Algunos medicamentos deben tomarse con regularidad para controlar o disminuir los síntomas de una afección. Otros medicamentos lo ayudan a sentirse mejor y se pueden tomar según sea necesario. Los medicamentos solo funcionan como corresponde cuando los toma según lo prescrito por su proveedor. Si consulta a más de un proveedor, es importante que cada uno de ellos esté al tanto de todos los medicamentos que toma. Esto es para garantizar que sus medicamentos funcionen bien en conjunto.