



Quando las mujeres están sanas, las comunidades prosperan.



Women's Preventive Services Initiative

Recomendaciones para el Cuidado de la Mujer Sana: Cuadro para el Cuidado de la Mujer Sana 2023

Abreviaturas:

BRCA = breast cancer susceptibility gene; ECV = enfermedad cardiovascular; VIH = virus de la inmunodeficiencia humana; VHC = virus de la hepatitis C; VHB = virus de la hepatitis B; ITS = infección de transmisión sexual; USPSTF = U.S. Preventive Services Task Force; WPSI = Women's Preventive Services Initiative.

¹ Las recomendaciones adicionales de Bright Futures incluyen: Pruebas periódicas de visión y audición entre los 13 y los 21 años; detección del riesgo de suicidio entre los 13 y los 21 años; evaluación del riesgo de parada cardíaca súbita y muerte súbita cardíaca entre los 13 y los 21 años; evaluación del riesgo de anemia entre los 13 y los 21 años; y suplementos de flúor si es necesario entre los 13 y los 16 años. https://downloads.aap.org/AAP/PDF/periodicity_schedule.pdf?gsa=2.90295442.92.4462059.1671580996-606362568.1671580995. (Consultado el 19 de diciembre del 2022)

Criterios de usos específicos

² **Cribado y gestión de diabetes:** Examinar a las mujeres con un Índice de Masa Corporal/IMC (BMI por sus siglas en inglés) de sobrepeso u obesidad entre los 35 y los 70 años; y también a mujeres con diabetes gestacional previa pero no diagnosticada previamente con diabetes tipo 2 cuando no estaba embarazada \geq de los 13 años.

³ **Suplementación con ácido fólico:** Sexualmente activa y planeando o capaz de quedar embarazada.

⁴ **Asesoramiento sobre alimentación saludable y actividad física:** Tiene un IMC de sobrepeso u obesidad y tiene factores de riesgo de ECV adicionales (hipertensión, dislipidemia, niveles anómalos de glucosa en sangre, diabetes).

⁵ **Detección oportuna de lípidos:** Dislipidemia familiar, factores de riesgo o afecciones de alto riesgo para las edades de 13 a 17 años.

⁶ **Detección de osteoporosis:** Riesgo de fractura durante 10 años equivalente a una mujer de riesgo medio de 65 años basado en factores de riesgo específicos (antecedentes parentales de fractura de cadera, fumadora, raza blanca, consumo excesivo de alcohol, bajo peso).

⁷ **Uso de estatinas para prevenir la ECV:** Edad de 40 a 75 años; uno o más factores de riesgo de ECV (i.e. dislipidemia, diabetes, hipertensión o tabaquismo); y el riesgo de un episodio de ECV durante 10 años es $\geq 10\%$.

⁸ **Detección oportuna de incontinencia urinaria:** Detección a todas las mujeres \geq de 18 años o mujeres más jóvenes si están en el posparto.

⁹ **Detección oportuna de gonorrea y clamidia:** Nueva pareja sexual, más de una pareja sexual, una pareja sexual con parejas concurrentes o una pareja sexual que tiene una ITS, sin uso habitual de condones entre personas que no tienen relaciones mutuamente monógamas; ITS anterior o coexistente; y hábitos de intercambiar sexo por dinero o drogas. La prevalencia también es mayor entre las poblaciones encarceladas, los reclutas militares y los pacientes que reciben atención en clínicas públicas de ITS.

¹⁰ **Detección oportuna de hepatitis B:** Nació en un país con una prevalencia de infección por VHB $\geq 2\%$; falta de vacunación en la niñez en personas nacidas en EE.

UU. con padres de un país o región con una prevalencia $\geq 8\%$; personas con el VIH; usuarios de drogas inyectables; y contactos domésticos o parejas sexuales de personas infectadas por el VHB.

¹¹ **Detección oportuna de hepatitis C:** Detección única para adultos asintomáticos de 18 a 79 años sin enfermedad hepática conocida. Repetir el cribado y examinar a otras edades si hay uso de drogas inyectables actualmente o en el pasado.

¹² **Profilaxis previa a la exposición al VIH (PrEP):** Los candidatos incluyen 1) mujeres heterosexualmente activas con una pareja sexual serodiscordante (es decir, en una relación sexual con una pareja que vive con el VIH); o sin uso habitual de condones durante las relaciones sexuales con una pareja cuyo estado de VIH se desconoce y que está en alto riesgo; o una ITS con sífilis o gonorrea en los últimos 6 meses; 2) uso de drogas inyectables y uso compartido de equipo de inyección de drogas; o tiene riesgo de contraer el VIH por vía sexual con base en lo anterior; 3) participa en relaciones sexuales transaccionales, como por dinero, drogas u otros.

¹³ **Las vacunas deben administrarse de acuerdo con las recomendaciones más recientes del ACIP (<https://www.cdc.gov/vaccines/schedules/index.html>).**

¹⁴ **Asesoramiento para la prevención de infecciones de transmisión sexual:** Los factores de riesgo de las ITS incluyen tener una ITS actualmente o en el último año, no usar condones de manera habitual, tener múltiples parejas sexuales o tener parejas sexuales dentro de poblaciones con una alta prevalencia de ITS. Se encuentran mayores tasas de prevalencia de ITS entre las mujeres que buscan hacerse la prueba de ITS o que asisten a clínicas de ITS; minorías sexuales y de género; y entre las personas con VIH, que usan drogas inyectables, intercambian sexo por dinero o drogas, o residen en establecimientos penitenciarios.

¹⁵ **Detección oportuna de sífilis:** Mujeres con VIH; comunidades o poblaciones de alta prevalencia; antecedentes de encarcelamiento; intercambio sexo por dinero o drogas.

¹⁶ **Infección por tuberculosis:** Personas de países con mayor prevalencia de tuberculosis; vivir en entornos congregados de alto riesgo (p.ej., refugios para personas sin hogar, instalaciones correccionales); exposición a personas con tuberculosis activa, como trabajadores de la salud y trabajadores en entornos congregados de alto riesgo; individuos inmunosuprimidos.

¹⁷ **Detección oportuna de cáncer de mama:** Las decisiones sobre la detección se toman de forma individual basados en riesgos y preferencias a través de un proceso de toma de decisiones compartida.

¹⁸ **Detección oportuna de cáncer de pulmón:** Antecedentes de tabaquismo de 20 paquetes al año y actualmente fuma o ha dejado de fumar en los últimos 15 años.

¹⁹ **Medicamentos para reducir el riesgo de cáncer de mama:** Los principales factores de riesgo de cáncer de mama incluyen edad avanzada, antecedentes familiares de cáncer de mama o de ovario (especialmente entre parientes de primer grado y aparición antes de los 50 años), antecedentes de hiperplasia atípica u otras lesiones mamarias no malignas de alto riesgo, biopsia mamaria previa y tejido mamario extremadamente denso. Los modelos sugieren que es probable que las mujeres con un riesgo estimado de cáncer de mama de 5 años del 3% o más tengan más beneficios que daños, aunque el equilibrio de beneficios y daños depende de la edad, la raza o el origen étnico, el medicamento utilizado y si la paciente tiene un útero.

²⁰ **Asesoramiento sobre cáncer de piel:** Piel clara, cabello y ojos claros, pecas, se quema fácilmente por el sol.

²¹ **Detección oportuna de depresión e intervenciones preventivas:** Intervenciones de asesoramiento para mujeres con uno o más de los siguientes: antecedentes de depresión, síntomas depresivos actuales que no alcanzan un umbral de diagnóstico, factores de riesgo socioeconómico como bajos ingresos o paternidad adolescente o monoparental, violencia reciente de pareja íntima o factores relacionados con la salud mental, como síntomas elevados de ansiedad o antecedentes de acontecimientos vitales negativos importantes.

²² **Diabetes:** Cribado universal después 24 semanas de gestación (preferiblemente entre las semanas 24 y 28); además, cribado selectivo para las personas con factores de riesgo antes de las 24 semanas de gestación, idealmente en la primera visita prenatal (IMC obeso; aumento de la edad materna; antecedentes de diabetes gestacional; antecedentes familiares de diabetes; etnia con mayor riesgo de diabetes de tipo 2 [descendientes de hispanos, nativos americanos, asiáticos del sur o del este, afroamericanos o de las islas del Pacífico]).

²³ **Prevención de la preeclampsia con ácido acetilsalicílico en dosis bajas:** Antecedentes de preeclampsia, especialmente cuando se acompaña de un resultado adverso; gestación multifetal; hipertensión crónica; diabetes mellitus de tipo 1 o 2; enfermedad renal; enfermedad autoinmunitaria (lupus eritematoso sistémico, síndrome antifosfolípido).

²⁴ **Detección de diabetes después del embarazo:** Diabetes gestacional previa pero no diagnosticada previamente con diabetes mellitus cuando no estaba embarazada de edades ≥ 13 años.

©2023. Content owned by the ACOG Foundation, all Marks and Rights Reserved. This project was supported by the Health Resources and Services Administration (HRSA) of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS) under grant number UHOMC29440, Bright Futures for Women's Health: Standard Practice Guidelines for Well Women Care. This information or content and conclusions are those of the author and should not be construed as the official position nor policy of, nor should any endorsements be inferred by HRSA, HHS, or the U.S. Government.

HRSA
Health Resources & Services Administration

CUADRO PARA EL CUIDADO DE LA MUJER SANA - 2023

Las visitas de atención preventiva brindan una excelente oportunidad para el cuidado de la mujer sana, incluyendo exámenes de cribado, evaluación de riesgos y necesidades de salud, orientación y vacunaciones. Recomendaciones para el Cuidado de la Mujer Sana: Cuadro para el Cuidado de la Mujer Sana fue desarrollado por la Women's Preventive Services Initiative (WPSI). El Cuadro para el Cuidado de la Mujer Sana describe los servicios preventivos recomendados por la WPSI, U.S. Preventive Services Task Force (USPSTF) y Bright Futures basado en la edad, el estado de salud y los factores de riesgo. Las recomendaciones adicionales para las vacunas se proporcionan en otra tabla del Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP). Las consideraciones de práctica clínica, los métodos de evaluación de riesgos y la edad y frecuencia para prestar servicios se describen en las Tablas de Resumen Clínico que acompañan este Cuadro.

El Cuadro para el Cuidado de la Mujer Sana proporciona un marco para incorporar en la práctica clínica los servicios de salud preventiva para mujeres. Estos servicios pueden completarse en una sola visita o como parte de una serie de visitas. Esta información está diseñada como un recurso educativo para ayudar a los médicos a proporcionar servicios de salud preventivos a las mujeres, y el uso de esta información es voluntario. Esta información no debe considerarse como inclusiva de todos los tratamientos o métodos de atención adecuados o como una declaración del estándar de atención. No tiene la intención de sustituir el juicio profesional independiente del clínico tratante. Pueden justificarse variaciones en la práctica cuando, a juicio razonable del médico tratante, dicho curso de acción está indicado por la condición de la paciente, las limitaciones de los recursos disponibles o los avances en el conocimiento o la tecnología. Aunque se hace todo lo posible para presentar información precisa y fidedigna, esta publicación se proporciona "tal cual" sin ninguna garantía de exactitud, confiabilidad o de otra manera, ya sea expresa o implícita. El Cuadro y las Tablas se actualizan anualmente. El sitio web de la WPSI (www.womenspreventivehealth.org) tiene la versión más actualizada del Cuadro y las Tablas de Resumen Clínico.

SERVICIOS DE PREVENCIÓN	EDAD (AÑOS)						
	13-17 ¹	18-21 ¹	22-39	40-49	50-64	65-75	>75
SALUD GENERAL							
Detección oportuna y asesoría sobre el consumo de alcohol	●	●	●	●	●	●	●
Detección oportuna de ansiedad	●	●	●	●	●	●	●
Cribado de presión arterial	●	●	●	●	●	●	●
Anticoncepción y atención anticonceptiva	●	●	●	●	○		
Detección oportuna de depresión	●	●	●	●	●	●	●
Detección oportuna de diabetes ²	○	○	○	○	○	○	○
Prevención de las caídas						●	●
Suplementación con ácido fólico ³	○	●	●	●	○		
Orientación sobre dieta saludable y actividad física ⁴		○	○	○	○	○	○
Detección de violencia interpersonal y doméstica	●	●	●	●	●	●	●
Detección oportuna de lípidos ⁵	○	●	○	●	●	●	
Prevención de la obesidad				●	● ⁵⁰⁻⁶⁰		
Detección oportuna y asesoría sobre la obesidad	●	●	●	●	●	●	●
Cribado de osteoporosis ⁶					○	●	●
Uso de estatinas para prevenir la ECV ⁷				○	○	○	
Evaluación sobre el uso de sustancias y cribado	●	●	●	●	●	●	●
Detección oportuna y asesoría sobre el tabaquismo	●	●	●	●	●	●	●
Detección oportuna de incontinencia urinaria ⁸	○	●	●	●	●	●	●
ENFERMEDADES INFECCIOSAS							
Detección oportuna de gonorrea y clamidia ⁹	●	●	● ^{≤24} ○ ^{>24}	○	○	○	○
Detección oportuna de hepatitis B ¹⁰	○	○	○	○	○	○	○
Detección oportuna de hepatitis C (al menos una vez) ¹¹	○	●	●	●	●	●	● ^{≤80}
Profilaxis preexposición para VIH ¹²	○	○	○	○	○	○	○
Evaluación de riesgos para VIH	●	●	●	●	●	●	●
Detección oportuna del virus de inmunodeficiencia humana (VIH) (por lo menos)	● ^{>15}	●	●	●	●	○	○
Inmunizaciones ¹³	●	●	●	●	●	●	●
Orientación de Preventiva de ITS ¹⁴	●	●	○	○	○	○	○
Detección oportuna de sífilis ¹⁵	○	○	○	○	○	○	○
Detección oportuna de tuberculosis ¹⁶	○	○	○	○	○	○	○
CÁNCER							
Detección oportuna de cáncer de mama ¹⁷				○	●	●	○
Detección oportuna de cáncer cervicouterino		● ^{≥21}	●	●	●	● ^{≤65}	
Detección oportuna de cáncer colorrectal				● ⁴⁵⁻⁴⁹	●	●	
Detección oportuna de cáncer de pulmón ¹⁸					○	○	○ ^{≤80}
Medicamentos para reducir riesgo de cáncer de mama ¹⁹				○	○	○	○
Evaluación de riesgos y asesoría genética para pruebas de BRCA 1/2		●	●	●	●	●	●
Orientación sobre el cáncer de piel ²⁰	○	○	○ ^{≤24}				

Las recomendaciones de la WPSI y el USPSTF para los servicios preventivos para las mujeres embarazadas y en el posparto también se proporcionan en el cuadro de la mujer sana. Se pueden encontrar recomendaciones completas para mujeres embarazadas y en el posparto en las [pautas de práctica clínica del ACOG](#) y otros materiales educativos.

SERVICIOS DE PREVENCIÓN para el embarazo y el posparto brindados además de los servicios basados en la edad que se mencionan en el cuadro anterior	
EMBARAZO	
Detección oportuna de ansiedad	●
Cribado de bacteriuria	●
Orientación, servicios y suministros para la lactancia materna	●
Anticoncepción y atención anticonceptiva	●
Detección oportuna de depresión e intervenciones preventivas ²¹	●
Cribado de diabetes ²²	●
Suplementación de ácido fólico	●
Detección oportuna de gonorrea y clamidia	●
Asesoría sobre aumento de peso saludable	●
Detección oportuna de hepatitis B	●
Detección oportuna del virus de inmunodeficiencia humana (todos los embarazos)	●
Detección de violencia interpersonal y doméstica	●
Prevención de la preeclampsia con ácido acetilsalicílico en dosis bajas ²³	○
Cribado de preeclampsia	●
Tipificación sanguínea Rh(D)	●
Evaluación y cribado sobre el uso de sustancias	●
Detección oportuna de sífilis	●
Detección oportuna y asesoría sobre el tabaquismo	●

SERVICIOS DE PREVENCIÓN para el posparto brindados además de los servicios basados en la edad que se mencionan en el cuadro anterior	
POSPARTO	
Detección oportuna de ansiedad	●
Orientación, servicios y suministros para la lactancia materna	●
Anticoncepción y atención anticonceptiva	●
Detección oportuna de depresión e intervenciones preventivas ²¹	●
Cribado de diabetes ²⁴	○
Suplementación de ácido fólico	●
Detección de violencia interpersonal y doméstica	●
Evaluación y cribado sobre el uso de sustancias	●
Detección oportuna y asesoría sobre el tabaquismo	●

LEYENDA:

- Recomendado por el USPSTF (calificación A o B), WPSI o Bright Futures
- Recomendado para grupos específicos



LOS MIEMBROS DEL PANEL ASESOR QUE APOYAN A LA WPSI

