GUÍA DE SERVICIOS PREVENTIVOS

Aproveche todo lo que está disponible para su salud

Humana quiere asegurarse de que su cuidado crezca con usted a medida que cambia, y de que tenga acceso a todo lo que necesita. ¿Sabía que muchos servicios, medicamentos y pruebas de detección están disponibles para usted, sin costo adicional de desembolso personal, cuando se tratan como cuidado preventivo? Vea todo lo que tiene a su disposición.

Servicios preventivos para adultos

Las consultas médicas preventivas están cubiertas, así como las pruebas de detección, las vacunas y el asesoramiento mencionados a continuación.

Pruebas de detección	
Aneurisma de aorta abdominal (AAA)	Prueba de detección única para hombres de 65 a 75 años que han fumado alguna vez*
Consumo de alcohol	Prueba de detección para todos los adultos
Presión arterial	Prueba de detección de presión arterial alta para todos los adultos
Colesterol	Prueba de detección para adultos de determinadas edades o con mayor riesgo*
Cáncer colorrectal	Prueba de detección para adultos de 45 a 75 años
Depresión/riesgo de suicidio	Prueba de detección para todos los adultos
Diabetes/prediabetes	Prueba de detección para adultos de 35 a 70 años con mayor riesgo*
Uso de drogas	Preguntas de evaluación para todos los adultos
Hepatitis B	Prueba de detección para adultos con mayor riesgo*
Hepatitis C	Prueba de detección para adultos de 18 a 79 años
VIH	Prueba de detección para adultos con mayor riesgo*
Cáncer de pulmón	Prueba de detección anual para adultos de 50 a 80 años, que fumen o hayan dejado de fumar en el transcurso de los últimos 15 años*
Obesidad	Prueba de detección para todos los adultos
Sífilis	Prueba de detección para adultos con mayor riesgo*
Uso de tabaco	Prueba de detección para todos los adultos
Tuberculosis	Prueba de detección de infección latente para adultos con mayor riesgo*

Tenga en cuenta: Es posible que usted necesite pagar todo o parte de los costos cuando se presten servicios para diagnosticar, monitorear o tratar una enfermedad, embarazo o lesión y no para prevenir una enfermedad, un embarazo o una lesión.

Humana®

GNA0CUOSP 0923

Servicios preventivos para adultos (continuación)

Las consultas médicas preventivas están cubiertas, así como las pruebas de detección, las vacunas y el asesoramiento mencionados a continuación.

Medicamentos y suplementos (cubiertos con la receta de un médico)	
Preparación para colonoscopia	Medicamentos para la preparación intestinal para adultos de 45 a 75 años
Programa para dejar de fumar tabaco	Medicamentos para dejar de fumar aprobados por la FDA para afiliados de 18 años en adelante
Estatinas	Uso de estatinas en dosis bajas a moderadas en adultos de 45 a 75 años con mayor riesgo*
Profilaxis previa a la exposición (PrEP) al VIH	PrEP con tratamiento antirretroviral eficaz para personas con alto riesgo de infección de VIH*
Asesoramiento	
Reducción del consumo de alcohol	Intervenciones de asesoramiento conductual para reducir el consumo de alcohol poco saludable
Obesidad	Referido para intervenciones conductuales multicomponentes intensivas para personas con un índice de masa corporal (IMC) de 30 kg/m o mayor; asesoramiento para evitar la obesidad
Infecciones de transmisión sexual (STI, por sus siglas en inglés)	Asesoramiento preventivo para adultos con mayor riesgo*
Programa para dejar de fumar tabaco	Intervenciones para dejar de consumir tabaco
Otro	
Prevención de caídas	Intervenciones de ejercicio para adultos de 65 años o mayores con mayor riesgo de caídas
Prevención de cáncer de piel	Asesoramiento para adultos hasta los 24 años para reducir al mínimo la exposición a la radiación ultravioleta

¿SABÍA USTED QUE...?

El cuidado preventivo puede ayudar a detectar posibles problemas de salud de forma temprana, cuando son más fáciles de tratar.

Vacunas

(vacunas para adultos: las dosis, las edades recomendadas y las poblaciones recomendadas varían)†

COVID-19

Hepatitis A

Hepatitis B

Virus del papiloma humano (HPV, por sus siglas en inglés)

Influenza

Sarampión, paperas, rubéola (MMR, por sus siglas en inglés)

Antimeningocócica

Antineumocócica

Tétanos, difteria, tosferina (Tdap)

Varicela

Zóster (culebrilla/herpes zóster)

Servicios preventivos para mujeres (incluye a mujeres embarazadas)

Las consultas médicas preventivas están cubiertas, así como las pruebas de detección y el asesoramiento mencionados a continuación.

Asesoramiento

Asesoramiento genético para mujeres que han dado positivo en cáncer de mama

Quimioprevención de cáncer de mama
Asesoramiento para mujeres que se encuentran en mayor riesgo de cáncer de mama*

Detección de violencia doméstica e interpersonal
Detección y asesoramiento para servicios de intervención

Peso saludable y aumento de peso
Intervenciones de asesoramiento conductual para promover un peso saludable durante el embarazo

Depresión perinatal
Intervenciones de asesoramiento para mujeres embarazadas y posparto con mayor riesgo*

Infecciones de transmisión sexual (STI, por sus siglas en inglés)
Asesoramiento conductual para reducir el riesgo de STI

Programa para dejar de fumar tabaco
Intervenciones conductuales y asesoramiento ampliado para embarazadas que consumen tabaco

Otros servicios

Lactancia‡
Apoyo, educación, asesoramiento y equipos para la lactancia para mujeres embarazadas y mujeres que están amamantando

Métodos anticonceptivos y asesoramiento‡

Pruebas de detección

Anemia	Prueba de detección rutinaria en mujeres embarazadas
Bacteriuria	Prueba de detección de las vías urinarias u otras infecciones en mujeres embarazadas
Cáncer de mama	Prueba de detección para mujeres con mayor riesgo*
Mamografía de detección de cáncer de mama	Prueba de detección cada 1 a 2 años para mujeres de 50 a 74 años
Cáncer de cuello uterino	Prueba de detección para mujeres con cuello del útero, sin importar sus antecedentes sexuales, en edades e intervalos específicos**
Infección por clamidia	Prueba de detección para mujeres más jóvenes y otras mujeres que tienen mayor riesgo*
Depresión/riesgo de suicidio	Prueba de detección para mujeres embarazadas y puérperas
Diabetes gestacional	Prueba de detección para mujeres después de 24 semanas de gestación
Gonorrea	Prueba de detección para todas las mujeres con mayor riesgo*
Hepatitis B	Prueba de detección para todas las mujeres embarazadas
VIH	Prueba de detección para todas las mujeres embarazadas
Prueba de ADN del VPH	Prueba de alto riesgo cada tres años para mujeres con resultados citológicos normales, a partir de los 30 años*
Osteoporosis (densidad ósea)	Prueba de detección para mujeres a partir de los 65 años y mujeres con mayor riesgo*
Preeclampsia	Prueba de detección para todas las mujeres embarazadas
Incompatibilidad Rh(D)	Prueba de tipificación sanguínea/anticuerpos para todas las mujeres embarazadas en su primera consulta prenatal y entre las 24 y -28 semanas de gestación
Sífilis	Prueba de detección para todas las mujeres embarazadas

Medicamentos y suplementos (cubiertos con la receta de un médico)

Aspirina para prevenir la preeclampsia	Dosis bajas de aspirina después de las 12 semanas de gestación en mujeres de alto riesgo*
Medicamentos preventivos para el cáncer de mama	Para mujeres con mayor riesgo de cáncer de mama*
Anticoncepción	Anticonceptivos o esterilización aprobados por la FDA para mujeres con capacidad reproductiva para prevenir el embarazo
Vitaminas prenatales/ ácido fólico	Para mujeres que están embarazadas, que podrían quedar embarazadas o con capacidad de quedar embarazadas

Servicios preventivos para niños

Las consultas médicas preventivas están cubiertas, así como las pruebas de detección, las vacunas, el asesoramiento y los suplementos mencionados a continuación.

Vacunas

(vacunas para niños desde el nacimiento hasta los 18 años: las dosis, las edades y las poblaciones varían)†

COVID-19
Difteria, tétanos y tos ferina (DTaP/Tdap)
Haemophilus influenzae B (HiB)
Hepatitis A (Hep A)
Hepatitis B (Hep B)
Virus del papiloma humano (HPV, por sus siglas en inglés)
Virus de polio inactivado (IPV, por sus siglas en inglés)
Influenza (vacuna contra la influenza)
Sarampión, paperas, rubéola (MMR, por sus siglas en inglés)
Antimeningocócica
Neumocócica conjugada
Rotavirus
Varicela

Asesoramiento

Obesidad Intervenciones conductuales integrales e intensivas para promover mejoras en el estado de peso
Infecciones de transmisión sexual (STI, por sus siglas en inglés) Asesoramiento sobre prevención para adolescentes que se encuentran en mayor riesgo*
Cáncer de piel Asesoramiento breve para niños y adolescentes para minimizar su exposición a la radiación ultravioleta
Programa para dejar de fumar tabaco Educación o asesoramiento breve para prevenir el inicio del consumo de tabaco en niños y adolescentes en edad escolar

Pruebas de detección

Uso de alcohol y drogas	Evaluaciones para adolescentes
Ansiedad	Prueba de detección para niños y adolescentes de 8 a 18 años
Autismo	Prueba de detección para niños de 18 a 24 meses
Del comportamiento	Evaluaciones para niños de todas las edades
Depresión/riesgo de suicidio	Prueba de detección para adolescentes de 12 a 18 años
Desarrollo	Prueba de detección para niños menores de 3 años y supervisión a lo largo de toda la infancia
Dislipidemia	Prueba de detección para niños con mayor riesgo de sufrir trastornos lipídicos*
Altura, peso e índice de masa corporal	Medición para niños de todas las edades
Audición/visión	Prueba de detección para todos los niños de 3 años o mayores*
Hemoglobinopatías	Prueba de detección de la enfermedad de células calciformes en recién nacidos
Hepatitis B	Prueba de detección para adolescentes con mayor riesgo*
Hipotiroidismo	Prueba de detección para recién nacidos
VIH	Prueba de detección para adolescentes con mayor riesgo*
Plomo	Prueba de detección para niños en riesgo de exposición
Historia clínica	Para todos los niños a lo largo de su desarrollo
Obesidad	Prueba de detección para niños de 6 años o mayores
Salud oral	Evaluación de riesgo para los niños pequeños
Fenilcetonuria (PKU, por sus siglas en inglés)	Prueba de detección para recién nacidos
Infecciones de transmisión sexual (STI, por sus siglas en inglés)	Prueba de detección para adolescentes con mayor riesgo*
Paro cardíaco repentino/muerte	Prueba de detección para adolescentes de 11 a 21 años
Tuberculina	Prueba para niños con mayor riesgo de tener tuberculosis*

Medicamentos y suplementos (cubiertos con la receta de un médico)

Suplemento de flúor	Suplementos orales para niños si la fuente de agua principal no tiene una cantidad suficiente de flúor
Barniz de flúor	Aplicación por parte de un médico clínico de cuidado primario a los dientes primarios a partir de la erupción del diente hasta los 5 años
Gonorrea	Medicamentos preventivos para los ojos de todos los recién nacidos
Profilaxis previa a la exposición (PrEP) al VIH	PrEP con tratamiento antirretroviral eficaz para personas con alto riesgo de adquirir el VIH*
Hierro	Suplementos para niños de 6 a 12 meses de edad con riesgo de anemia

Consulte su Certificado de cobertura para conocer los detalles de todos los servicios cubiertos y los niveles de beneficios.

Este material es solo para fines informativos y no debe interpretarse como asesoramiento médico ni tampoco reemplazar la consulta con un profesional médico autorizado.

Esta comunicación proporciona una descripción general de determinados beneficios de seguro o no relacionados con seguro que se proporcionan a través de uno o más de nuestros planes de beneficios de salud. Nuestros planes de beneficios de salud tienen exclusiones y limitaciones, y términos bajo los cuales la cobertura puede continuar en vigencia o ser suspendida. Para conocer los costos y los detalles completos de la cobertura, consulte el documento del plan o bien, llame o escriba a Humana, o a su agente o corredor de seguros de Humana. En caso de discrepancia entre esta comunicación y el documento del plan, prevalecerá el documento del plan.

Fuentes

* Para obtener más información sobre la definición de "mayor riesgo" y las recomendaciones por edades, consulte las Pautas para el cuidado preventivo de los Estados Unidos en: https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/recommendation-topics/.

† Para obtener más información sobre recomendaciones, recursos y calendarios de vacunación, consulte los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en www.cdc.gov/vaccines/schedules/index.html.

‡ El 1 de agosto de 2011, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. publicó nuevas pautas relacionadas con la cobertura de los servicios preventivos de salud para mujeres. Las nuevas pautas indican que los planes de seguro no protegidos cuyos años del plan comienzan el 1 de agosto de 2012 o posteriormente deben incluir estos servicios sin costos compartidos.

** Mujeres de 21 a 64 años: cada tres años solo con citología cervical (prueba de Papanicolaou); O mujeres de 30 a 65 años: cada cinco años con prueba de VPHh sola o coprueba. Le recomendamos que busque el asesoramiento profesional, incluido el asesoramiento legal, respecto de cómo los nuevos requisitos afectarán a su plan específico. Para conocer los detalles completos, consulte el Certificado de cobertura de su plan.

Humana®

GNA0CUOSP 0923

¡Importante!

En Humana, es importante que usted reciba un trato justo.

Humana Inc. y sus subsidiarias no discriminan ni excluyen a las personas por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, sexo, orientación sexual, género, identidad de género, ascendencia, origen étnico, estado civil, religión, o idioma. La discriminación va en contra de la ley. Humana y sus subsidiarias cumplen con las leyes de derechos civiles federales aplicables. Si usted cree que Humana o sus subsidiarias le han discriminado, hay formas de obtener ayuda.

- Puede presentar una queja, también conocida como queja formal a:
  Discrimination Grievances, P.O. Box 14618, Lexington, KY 40512-4618
  Si necesita ayuda para presentar una queja formal, llame al **877-320-1235** o bien, si utiliza un **TTY**, llame al **711**.
- También puede presentar una queja de derechos civiles ante el **Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.**, Oficina de Derechos Civiles, por medios electrónicos a través del portal de quejas disponible en **https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf** o en **U.S. Department of Health and Human Services**, 200 Independence Avenue, SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, **800-368-1019**, **800-537-7697 (TDD)**. Los formularios de quejas están disponibles en **https://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html**.
- **Residentes de California**: También puede llamar a la línea directa gratuita del California Department of Insurance (Departamento de Seguros de California): **800-927-HELP (4357)**, para presentar una queja formal.

Tiene a su disposición recursos y servicios auxiliares gratuitos. 877-320-1235 (TTY: 711)

Humana provee recursos y servicios auxiliares gratuitos como, por ejemplo, intérpretes acreditados de lenguaje de señas, interpretación remota por video e información escrita en otros formatos para personas con discapacidades cuando dichos recursos y servicios auxiliares sean necesarios para garantizar la igualdad de oportunidades de participación.

Tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. 877-320-1235 (TTY: 711)

Español (Spanish): Llame al número arriba indicado para recibir servicios gratuitos de asistencia lingüística.
繁體中文 (Chinese): 撥打上面的電話號碼即可獲得免費語言援助服務。
Tiếng Việt (Vietnamese): Xin gọi số điện thoại trên đây để nhận được các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí.
한국어 (Korean): 무료 언어 지원 서비스를 받으려면 위의 번호로 전화하십시오 .
Tagalog (Tagalog – Filipino): Tawagan ang numero sa itaas upang makatanggap ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad.
Русский (Russian): Позвоните по номеру, указанному выше, чтобы получить бесплатные услуги перевода.
Kreyòl Ayisyen (French Creole): Rele nimewo ki pi wo la a, pou resevwa sèvis èd pou lang ki gratis.
Français (French): Appelez le numéro ci-dessus pour recevoir gratuitement des services d'aide linguistique.
Polski (Polish): Aby skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej, proszę zadzwonić pod wyżej podany numer.
Português (Portuguese): Ligue para o número acima indicado para receber serviços linguísticos, grátis.
Italiano (Italian): Chiamare il numero sopra per ricevere servizi di assistenza linguistica gratuiti.
Deutsch (German): Wählen Sie die oben angegebene Nummer, um kostenlose sprachliche Hilfsdienstleistungen zu erhalten.
日本語 (Japanese): 無料の言語支援サービスをご要望の場合は、上記の番号までお電話ください。
فارسی (Farsi)
برای دریافت تسهیلات زبانی بصورت رایگان با شماره فوق تماس بگیرید.
Diné Bizaad (Navajo): Wódahí béésh bee hani'í bee wolta'ígíí bich'į' hódíílnih éí bee t'áá jiik'eh saad bee áká'ánída'áwo'dę́ę́ niká'adoowoł.
العربية (Arabic)
الرجاء الاتصال بالرقم المبين أعلاه للحصول على خدمات مجانية للمساعدة بلغتك