



## Programe hoy mismo su visita anual de bienestar **GRATUITA** con su médico.

### Obtener esta visita de bienestar gratuita es importante para su salud.

Southwestern Health Resources (SWHR) se compromete a colaborar con su médico para cuidar de su salud y bienestar. Una visita de bienestar anual les ayuda a usted y a su médico a crear un plan para mantenerlo saludable.

Si ha tenido **Medicare** durante más de 12 meses, puede obtener una visita anual de bienestar con su médico. Estas visitas los ayudan a usted y a su médico a crear un plan para ayudar a prevenir enfermedades o discapacidades. Este plan se basa en su salud y sus factores de riesgo actuales. Si su médico acepta la asignación, usted no pagará nada por la visita anual de bienestar. No hay costo deducible de Medicare.

### Durante su visita de bienestar, puede esperar:



#### Cuestionario de Salud

Responderá algunas preguntas sobre su salud y bienestar. Compartirá información sobre sus antecedentes médicos, medicamentos y antecedentes familiares de salud. También recibirá información sobre otras pruebas de detección que pueda necesitar.



#### Control de Constantes Vitales

Un miembro del equipo de atención tomará medidas de su altura, peso y presión arterial. Su equipo de atención usa esas medidas para conocer su riesgo de padecer enfermedades cardíacas, derrames cerebrales y presión arterial alta.



#### Hable con su Médico

Su médico hablará con usted sobre sus resultados y cualquier condición que esté en riesgo de padecer. También hablará sobre un plan para ayudarlo a mantenerse saludable.

## Southwestern Health Resources



*Está recibiendo este folleto porque su proveedor de atención primaria es miembro de la SWHR Clinically Integrated Network.*

*Fuente: [www.medicare.gov/coverage/yearly-wellness-visits](http://www.medicare.gov/coverage/yearly-wellness-visits)*

# Lleve esta lista de control a su cita

Asegúrese de informar a su médico si:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quiere aumentar su actividad física</li> <li>• Tiene problemas de control de la vejiga</li> <li>• Tiene dificultad para obtener alimentos saludables, un lugar confiable para vivir o transporte para acudir a las citas</li> <li>• Tiene caídas o problemas de equilibrio</li> <li>• Se siente solo, aislado o triste</li> <li>• Tiene problemas para obtener sus medicamentos</li> <li>• Tiene preguntas sobre sus medicamentos, pruebas, tratamientos o servicios</li> </ul>	
Una vez al año:	Fecha de realización:
<input type="checkbox"/> Vacuna contra la gripe (cada temporada de gripe)	
<input type="checkbox"/> Revisión de vacunas (es posible que le falten otras vacunas)	
Visita de bienestar anual:	Fecha de realización:
<input type="checkbox"/> Presión arterial	
<input type="checkbox"/> Altura, peso e índice de masa corporal (IMC)	
<input type="checkbox"/> Revisión de medicamentos	
Como se recomienda:	Fecha de realización:
<input type="checkbox"/> Detección de cáncer de colon (FIT, colonoscopia o prueba de Cologuard), recomendado para la mayoría de los adultos de 45-75 años	
<input type="checkbox"/> Detección de cáncer de mama (mamografía), recomendado para la mayoría de las mujeres de 50-74 años	
<input type="checkbox"/> Detección de osteoporosis	
<input type="checkbox"/> Examen de evaluación de colesterol/lipidograma	
<input type="checkbox"/> Examen de detección de diabetes	
<input type="checkbox"/> Examen de la vista	
<input type="checkbox"/> Examen de audición	
<input type="checkbox"/> Otros:	
Notas:	

## Southwestern Health Resources

