Del nacimiento a los 17 años

Trabajar juntos por su salud

Consejos para mantener una buena salud: chequeos, pruebas de detección e inmunizaciones

2026

Referencia:

Recomendadas

Estas recomendaciones, basadas en los lineamientos del Grupo de Trabajo sobre Servicios Preventivos de los Estados Unidos (USPSTF, por sus siglas en inglés), el Colegio Americano de Radiología, el Departamento de Salud Pública de California y la Alianza para la Salud de la Costa Oeste (WCHA, por sus siglas en inglés), se han identificado como aquellas sobre las que se tiene una certeza alta de que ofrecen un beneficio neto moderado a sustancial.

Nota: Si bien la prueba anual de detección del cáncer de mama no es una recomendaciones del USPSTF, Sutter Health la considera como una de las mejores prácticas, de acuerdo con la recomendación de la Red Nacional Integral del Cáncer.

Género: Se utilizan las palabras "masculino" y "femenino", en vez de la identidad de género. Considere su sexo al nacer y su anatomía actual, y consulte a sus profesionales de la salud.

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el profesional de la salud y el paciente

Los ítems opcionales son adecuados para algunos pacientes. Converse con su equipo de atención para saber si alguno de ellos podría ser beneficioso para su salud.

Estos lineamientos podrían ser distintos para pacientes con riesgos de salud personales o familiares, o que tomen determinados medicamentos.

Podría haber recomendaciones específicas o adicionales para determinados pacientes que pertenecen a grupos de alto riesgo o que corren un riesgo especial. Consulte a su profesional de la salud.

Nuevo *= Lineamientos actualizados o modificados para 2026*

Manténgase actualizado

Durante el año se pueden modificar las recomendaciones. Escanee para acceder a las recomendaciones más recientes en **sutterhealth.org**

Chequeos

Visitas a los 1, 2, 4, 6, 9, 12, 15 y 18 meses de vida. Visitas anuales entre los 2 y los 17 años, incluida una visita a los 30 meses.

Pruebas de detección

Presión arterial: Chequeo anual a partir de los 3 años.

Clamidia y gonorrea: Chequeo anual a mujeres sexualmente activas de entre los 16 y los 24 años.

VIH: A partir de los 15 años; comenzar antes si hay riesgo.

Obesidad: Comenzar a controlar a partir de los 6 años.

Nuevo **Sí ilis:** A partir de los 15 años; comenzar antes si hay riesgo. **Vista:** Al menos una vez entre los 3 y los 5 años.

Inmunizaciones

La serie de vacunas que se administra a los dos meses se puede comenzar a dar a partir de las 6 semanas.

	Meses							Años			
Edad	Nacimiento	1	2	4	6	12	15	18	2	4-5	11	16
Hepatitis B	●	●			●							
Haemophilus influenzae tipo B			●	●	●	●						
Poliomielitis			●	●	●					●		
Difteria, tétanos y pertussis acelular			●	●	●		●			●		
Rotavirus			●	●	●							
Neumocócica			●	●	●	●						
Tétanos, difteria y tos ferina (Tdap) o tétanos y difteria (Td)											●	
Sarampión, paperas y rubéola						●				●		
Varicela						●				●		
Hepatitis A						●		●				
Influenza (anual)					●			●	●	●	●	●
Antimeningocócica conjugada											●	●
Virus del papiloma humano (VPH)											●	

COVID: Todas las edades elegibles deberían recibir las dosis recomendadas de la vacuna en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC, el CDPH, la WCHA, la AAP y la AAFP.

VPH (virus del papiloma humano): Entre los 11 y los 14 años se debería recibir una serie de dos dosis (se puede comenzar desde los 9 años); entre los 15 y los 26 años se debería recibir una serie de tres dosis.

Influenza: Los niños de entre 6 meses y 9 años que no hayan recibido al menos dos dosis de a vacuna contra la gripe en su vida necesitan dos dosis de la vacuna contra la gripe con al menos cuatro semanas de diferencia ente sí. Luego, solo se necesita una dosis de la vacuna contra la gripe al año.

Antineumocócica: En los pacientes menores de 19 años, se pueden usar las vacunas antineumocócicas PCV20 o PCV15 indistintamente para completar la vacunación según el esquema recomendado actualmente.

Temas para evaluar y brindar orientación

Ansiedad: Comenzar a los 8 años.

Depresión: Comenzar a los 12 años.

Violencia doméstica: Comenzar a los 12 años.

Infecciones de transmisión sexual: Comenzar a los 11 años.

Cáncer de piel: Comenzar a los 6 años.

Consumo de tabaco, incluido el vapeo: Comenzar a los 11 años.

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el profesional de la salud y el paciente

Virus del papiloma humano (VPH): Discutir a los 9 años.

Vacuna contra el meningococo B: Entre los 16 y los 23 años.

Entre los 18 y los 39 años

Chequeo de rutina

Controlar la presión arterial, determinar si su peso es saludable y hacer una evaluación general de la salud.

Pruebas de detección

Presión arterial: Chequeo cada tres a cinco años (una vez al año si hay factores de riesgo).

Clamidia y gonorrea: Hacer un chequeo anual a mujeres sexualmente activas de entre 16 y 24 años.

Diabetes: Pruebas de detección según los factores de riesgo.

Hepatitis C: Hacer al menos un chequeo entre los 18 y los 79 años.

VIH: Hacer al menos un chequeo entre los 15 y los 65 años.

Obesidad: Control periódico durante la edad adulta.

Nuevo **Sífilis:** Hacer al menos un chequeo entre los 15 y los 44 años.

Detección del cáncer

Opciones de pruebas de detección del cáncer de cuello uterino: Prueba de Papanicolaou cada tres años a partir de los 21 años. Las personas de 30 años o más tienen la opción de hacerse una prueba del VPH de alto riesgo, con o sin una prueba de Papanicolaou, cada cinco años.

Inmunizaciones

COVID: Todas las edades elegibles deberían recibir las dosis recomendadas de la vacuna en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC, el CDPH, la WCHA, la AAP y la AAFP.

Hepatitis B: Todos los adultos no vacunados de entre 19 y 59 años, y de 60 años o más con factores de riesgo de hepatitis B, deben recibir dos, tres o cuatro dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la vacuna o el estado del paciente.

VPH (virus del papiloma humano): Las personas no vacunadas de entre 15 y 26 años deberían recibir una serie de tres dosis.

Influenza (gripe): Vacuna contra la gripe anual.

Sarampión, paperas y rubéola (MMR, por sus siglas en inglés): Los adultos de entre 19 y 39 años deberían tener en su registro al menos una dosis de esta vacuna.

Antineumocócica: Para pacientes con determinadas enfermedades subyacentes, serie completa de las vacunas PCV20 solamente, la PCV21 solamente, o las vacunas PCV15 y PPSV23.

Herpes zóster (culebrilla): Todos los adultos de 50 años o más, y de entre 19 y 49 años con enfermedades inmunodepresoras, deben recibir una serie de dos dosis de la vacuna.

Tdap/Td (tétanos, difteria y tos ferina/tétanos y difteria): Los adulos menores de 65 años deberían recibir una dosis de Tdap y luego un refuerzo de Td o Tdap cada 10 años.

Varicela: Una vacuna para los adultos nacidos en 1980 o después.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de alcohol

Ansiedad

Depresión

Violencia doméstica

Infecciones de transmisión sexual

Cáncer de piel

Consumo de tabaco, incluido el vapeo

Consumo de drogas nocivas para la salud

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el profesional de la salud y el paciente

Vacuna contra el VPH: Entre los 27 y los 45 años.

Vacuna contra el meningococo B: Entre los 16 y los 23 años.

Entre los 40 y los 49 años

Chequeo de rutina

Controlar la presión arterial, determinar si su peso es saludable y hacer una evaluación general de la salud.

Pruebas de detección

Presión arterial: Chequeo anual.

Colesterol: Chequeo cada 5 años.

Diabetes: Pruebas de detección según los factores de riesgo.

Hepatitis C: Hacer al menos un chequeo entre los 18 y los 79 años.

VIH: Hacer al menos un chequeo entre los 15 y los 65 años.

Obesidad: Control periódico durante la edad adulta.

Nuevo **Sífilis:** Hacer al menos un chequeo entre los 15 y los 44 años.

Detección del cáncer

Cáncer de mama: Mamografía anual

Opciones de pruebas de detección del cáncer de cuello uterino: Prueba de Papanicolaou cada tres años o prueba de detección del VPH de alto riesgo con o sin una prueba de Papanicolaou cada cinco años.

Cáncer de colon: Opciones de pruebas de detección preferidas – A partir de los 45 años, una colonoscopía cada 10 años, una prueba inmunoquímica fecal (FIT, por sus siglas en inglés) cada año o una sigmoidoscopía cada 10 años con una prueba FIT anual. Otras opciones – Una colonografía por tomografía computarizada cada cinco años o una prueba FIT con ADN cada tres años.

Inmunizaciones

COVID: Todas las edades elegibles deberían recibir las dosis recomendadas de la vacuna en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC, el CDPH, la WCHA, la AAP y la AAFP.

Hepatitis B: Todos los adultos no vacunados de entre 19 y 59 años, y de 60 años o más con factores de riesgo de hepatitis B, deben recibir dos, tres o cuatro dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la vacuna o el estado del paciente.

Influenza (gripe): Vacuna contra la gripe anual.

Sarampión, paperas y rubéola (MMR, por sus siglas en inglés): Los adultos de entre 40 y 49 años deberían tener en su registro al menos una dosis de esta vacuna.

Antineumocócica: Para pacientes con determinadas enfermedades subyacentes, serie completa de las vacunas PCV20 solamente, la PCV21 solamente, o las vacunas PCV15 y PPSV23.

Herpes zóster (culebrilla): Todos los adultos de 50 años o más, y de entre 19 y 49 años con enfermedades inmunodepresoras, deben recibir una serie de dos dosis de la vacuna.

Tdap/Td (tétanos, difteria y tos ferina/tétanos y difteria): Los adulos menores de 65 años deberían recibir una dosis de Tdap y luego un refuerzo de Td o Tdap cada 10 años.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de alcohol

Ansiedad

Depresión

Violencia doméstica

Infecciones de transmisión sexual

Cáncer de piel

Consumo de tabaco, incluido el vapeo

Consumo de drogas nocivas para la salud

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el profesional de la salud y el paciente

Vacuna contra el VPH: Entre los 27 y los 45 años.

Entre los 50 y los 74 años

Chequeo de rutina

Controlar la presión arterial, determinar si su peso es saludable y hacer una evaluación general de la salud.

Pruebas de detección

Presión arterial: Chequeo anual.

Densidad ósea: Sexo femenino: comenzar a controlar a los 65 años.

Colesterol: Chequeo cada 5 años.

Diabetes: Pruebas de detección según los factores de riesgo.

Hepatitis C: Hacer al menos un chequeo entre los 18 y los 79 años.

VIH: Hacer al menos un chequeo entre los 15 y los 65 años.

Obesidad: Control periódico durante la edad adulta.

Detección del cáncer

Cáncer de mama: Mamografía anual

Opciones de pruebas de detección del cáncer de cuello uterino: Prueba de Papanicolaou cada tres años o prueba de detección del VPH de alto riesgo, con o sin una prueba de Papanicolaou, cada cinco años hasta los 65 años.

Cáncer de colon: Opciones de pruebas de detección preferidas – Una colonoscopía cada 10 años, una prueba inmunoquímica fecal (FIT, por sus siglas en inglés) cada año o una sigmoidoscopía cada 10 años con una prueba FIT anual. Otras opciones – Una colonografía por tomografía computarizada cada cinco años o una prueba FIT con ADN cada tres años.

Cáncer de pulmón: Hacer un chequeo anual a adultos de 50 a 80 años que hayan fumado 20 paquetes de cigarrillos por año y que continúen fumando o hayan dejado de fumar en los últimos 15 años.

Inmunizaciones

COVID: Todas las edades elegibles deberían recibir las dosis recomendadas de la vacuna en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC, el CDPH, la WCHA, la AAP y la AAFP.

Hepatitis B: Todos los adultos no vacunados de entre 19 y 59 años, y de 60 años o más con factores de riesgo de hepatitis B, deben recibir dos, tres o cuatro dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la vacuna o el estado del paciente.

Influenza (gripe): Vacuna contra la gripe anual.

Sarampión, paperas y rubéola (MMR, por sus siglas en inglés): Los adultos de entre 50 y 59 años deberían tener en su registro al menos una dosis de esta vacuna.

Antineumocócica: Serie completa de las vacunas PCV20 solamente, PCV21 solamente, o las vacunas PCV15 y PPSV23.

Nuevo **Virus respiratorio sincitial (VRS):** Las personas de 50 a 74 años con determinadas enfermedades subyacentes deben recibir una dosis única de la vacuna contra el VRS.

Herpes zóster (culebrilla): Todos los adultos de 50 años o más deberían recibir dos dosis de la vacuna.

Tdap/Td (tétanos, difteria y tos ferina/tétanos y difteria): Refuerzo de Tdap o Td cada 10 años.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de alcohol

Ansiedad: Chequeo hasta los 64 años.

Depresión

Violencia doméstica

Prevención de caídas: Comenzar a los 65 años.

Infecciones de transmisión sexual

Cáncer de piel

Consumo de tabaco, incluido el vapeo

Consumo de drogas nocivas para la salud

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el profesional de la salud y el paciente

Prueba de detección del aneurisma aórtico abdominal: Personas de sexo masculino de entre 65 y 75 años.

Prueba de detección del cáncer de próstata: Entre los 55 y los 69 años.

Personas de 75 años o más

Chequeo de rutina

Controlar la presión arterial, determinar si su peso es saludable y hacer una evaluación general de la salud.

Pruebas de detección

Presión arterial: Chequeo anual.

Hepatitis C: Hacer un chequeo entre los 18 y los 79 años.

Obesidad: Control periódico durante la edad adulta.

Detección del cáncer

Cáncer de pulmón: Hacer un chequeo anual a adultos de 50 a 80 años que hayan fumado 20 paquetes de cigarrillos por año y que continúen fumando o hayan dejado de fumar en los últimos 15 años.

Inmunizaciones

COVID: Todas las edades elegibles deberían recibir las dosis recomendadas de la vacuna en los plazos que correspondan, según los lineamientos de los CDC, el CDPH, la WCHA, la AAP y la AAFP.

Hepatitis B: Todos los adultos de entre 19 y 59 años, y de 60 años o más con factores de riesgo de hepatitis B, deben recibir dos, tres o cuatro dosis de la vacuna contra la hepatitis B, dependiendo de la vacuna o el estado del paciente.

Influenza (gripe): Vacuna contra la gripe anual.

Antineumocócica: Serie completa de las vacunas PCV20 solamente, PCV21 solamente, o las vacunas PCV15 y PPSV23.

Virus respiratorio sincitial (VRS): Las personas de 75 años o más deberían recibir una única dosis de la vacuna contra el VRS.

Herpes zóster (culebrilla): Todos los adultos de 50 años o más deberían recibir dos dosis de la vacuna.

Tdap/Td (tétanos, difteria y tos ferina/tétanos y difteria): Refuerzo de Tdap o Td cada 10 años.

Temas para evaluar y brindar orientación

Consumo de alcohol

Depresión

Violencia doméstica

Prevención de caídas: Comenzar a los 65 años.

Infecciones de transmisión sexual

Cáncer de piel

Consumo de tabaco, incluido el vapeo

Consumo de drogas nocivas para la salud

Decisiones individualizadas/tomadas en conjunto por el profesional de la salud y el paciente

Prueba de detección del aneurisma aórtico abdominal: Personas de sexo masculino de entre 65 y 75 años.

Prueba de detección del cáncer de mama: A partir de los 75 años.

Prueba de detección del cáncer de colon: Entre los 76 y los 85 años.

Sutter Health

2200 River Plaza Drive
Sacramento, CA 95833
sutterhealth.org

25-SHSO-007400-SPN