

Evaluación médica de hombres mayores de 65 años

Todos los adultos deben visitar al médico periódicamente, incluso estando saludables. El propósito de estas consultas es:

- Detectar enfermedades.
- Evaluar el riesgo de problemas médicos futuros.
- Ayudar a desarrollar un estilo de vida saludable.
- Actualizar las vacunas.
- Mantener una relación con un médico en caso de una enfermedad.

Información

Aun cuando usted se sienta bien, es importante acudir al médico regularmente para buscar problemas potenciales. La mayoría de las personas que sufre de [hipertensión arterial](#) ni siquiera lo saben y la única manera de averiguarlo es haciéndose medir la presión arterial regularmente. De igual manera, los [niveles altos de colesterol](#) y de azúcar en la sangre con frecuencia no producen ningún tipo de síntomas hasta que la enfermedad se encuentra avanzada.

Hay momentos específicos en los que se debe ir a una consulta médica. Las pautas específicas de acuerdo con la edad son las siguientes:

- Examen para aneurisma aórtico abdominal:
 - Los hombres de 65 a 75 años que hayan fumado deben hacerse una ecografía una vez para detectar [aneurismas aórticos abdominales](#).
 - Los hombres que no entran en ese grupo deben hablar de dicho examen con su médico.
- Medición de la presión arterial:
 - Hágase tomar la presión arterial cada año.
 - Si tiene diabetes, cardiopatía, problemas renales o algunas otras afecciones, puede necesitar un control más estricto.
- Examen de colesterol:
 - Si el nivel de colesterol es normal, hágaselo revisar cada 5 años.
 - Si tiene diabetes, cardiopatía, problemas renales o algunas otras afecciones, puede necesitar un control más estricto.
- Examen de cáncer de colon para hombres de 50 a 75 años: se debe realizar uno de los siguientes exámenes de detección:
 - Un examen [coprológico](#) (heces para sangre oculta) cada año.
 - Una [sigmoidoscopia](#) flexible cada 5 años junto con una prueba de guayacol en heces.
 - Una colonoscopia cada 10 años.
 - Después de los 75 años, debe hablar con el médico acerca de las pruebas de detección para cáncer de colon.

- Se pueden necesitar exámenes de detección más temprano o con mayor frecuencia si tiene factores de riesgo o un antecedente familiar de cáncer colorrectal.
- Examen dental:
 - Visite al odontólogo cada año para un examen y una limpieza dentales.
- Examen oftalmológico:
 - Hágase examinar los ojos cada 2 años, especialmente si tiene problemas de visión o factores de riesgo de glaucoma.
- Vacunas:
 - Si usted tiene más de 65 años, hágase aplicar una vacuna antineumocócica si nunca lo ha hecho antes o si le aplicaron una más de 5 años antes cumplir los 65 años.
 - Hágase aplicar la vacuna contra la gripe cada año.
 - Hágase aplicar una vacuna antitetánica y antidiftérica de refuerzo cada 10 años.
 - Hágase aplicar una vacuna Tdap si no lo ha hecho.
 - Se puede hacer aplicar una vacuna contra la culebrilla o el herpes zóster una vez después de los 60 años. Se la puede hacer aplicar a cualquier edad si nunca recibió la vacuna.
- Examen de detección para osteoporosis:
 - Todos los hombres de más de 65 años deben hablar sobre las pruebas de detección para osteoporosis con su médico.
- Examen de detección para cáncer de próstata:
 - Todos los hombres deben hablar del examen de detección para cáncer de próstata con su médico.
 - Durante los exámenes, se hace una prueba de antígeno prostático específico.
- La consulta médica preventiva cada año debe incluir:
 - Revisión de talla y peso
 - Pruebas de detección para consumo de alcohol y tabaco
 - Pruebas de detección para depresión
 - Detección de riesgos de caídas
 - Análisis de interacciones de los medicamentos
 - Pruebas de detección para hipoacusia

Referencias

U.S. Preventive Services Task Force. *Screening for Prostate Cancer*. Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality; 2010.

U.S. Preventive Services Task Force. *The Guide to Clinical Preventive Services*. Rockville, MD: Agency for Healthcare Research and Quality; 2010.

Atkins D, Barton M. The periodic health examination. In: Goldman L, Schafer AI, eds. *Cecil Medicine*. 24th ed. Philadelphia, PA: Saunders Elsevier; 2011:chap 14.

Centers for Disease Control and Prevention. Recommended adult immunization schedule -- United States, 2012. *MMWR* 2011;61(4):1-7.

Greenland P, Alpert JS, Beller GA, et al. 2010 ACCF/AHA guideline for assessment of cardiovascular risk in asymptomatic adults: a report of the American College of Cardiology Foundation/American Heart Association Task Force on Practice Guidelines. *Circulation*. 2010;122(25):e584-e636.