



Guías de Servicios Preventivos de Salud

Mujer Edad Reproductiva

(GSPS-MER)

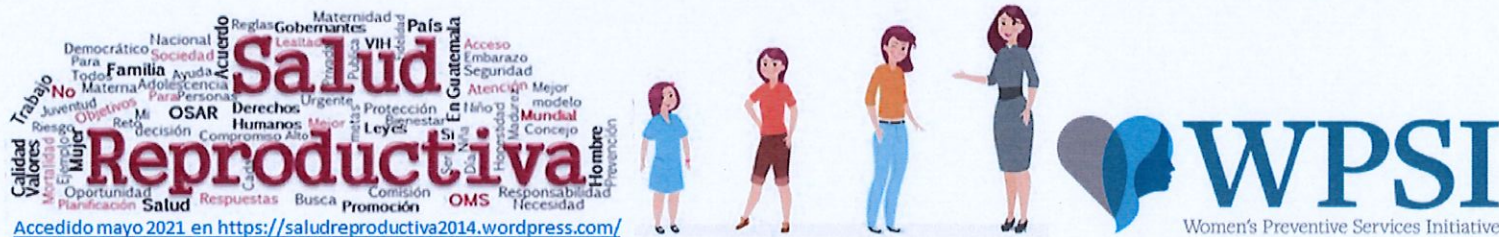
2021

Aprobada por

Carlos R. Mellado López, MD
Secretario
Departamento de Salud

27 de octubre de 2021

- En Puerto Rico, la edad reproductiva está establecida desde los **10 a 49 años**.¹
- **Salud Reproductiva**²: dentro del marco de la salud tal y como la define la OMS³, aborda los mecanismos de la procreación y el funcionamiento del aparato reproductor en todas las etapas de la vida. Implica la posibilidad de tener una sexualidad responsable, satisfactoria y segura, así como la libertad de tener hijos si y cuando se desee. Esta concepción de la salud reproductiva supone que las mujeres y los hombres puedan elegir métodos de control de la fertilidad seguros, eficaces, asequibles y aceptables, que las parejas puedan tener acceso a servicios de salud apropiados que permitan a las mujeres tener un seguimiento durante su embarazo y que ofrezcan a las parejas la oportunidad de tener un hijo sano.
- Las intervenciones de cernimiento en esta guía están dirigidas hacia lograr un estado de salud y bienestar en las mujeres de edad reproductiva⁴. Este cuidado debe ser temprano y periódico. En ocasiones, se requiere de intervenciones para cernimientos por situaciones específicas o para tratamiento. Estas últimas no son parte de esta guía.
- Este documento sigue las recomendaciones dadas del "Women's Preventive Services Initiative"⁵. Recommendations for preventive services for women: final report to the U.S. Department of Health and Human Services, Health Resources & Services Administration. Washington, DC: American College of Obstetricians and Gynecologists; 2016. The WPSI website (www.womenspreventivehealth.org) has the most up-to-date version of the Chart and Clinical Summary Tables.



¹ División de Madres, Niños y Adolescentes. Departamento de Salud. 2016

² Organización Mundial de la Salud. "Reproductive Health: A key to a brighter future". Special Program of Research, Development and Research Training in Human Reproduction, 1992.

³ Salud: un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

⁴ <http://www.un.org/womenwatch/daw/csw/issues.htm>

⁵ Retrieved on MARCH 2021 at <https://www.womenspreventivehealth.org/>.

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

Cernimientos ⁶⁻⁷⁻⁸	
Objetivos: 1. Actualizar uso de vacunas. 2. Evaluar el riesgo para futuros problemas de salud de mayor prevalencia. 3. Fomentar un estilo de vida saludable. 4. Promover la relación de proveedor de servicios de salud y paciente que brinde una intervención que responda a las necesidades individuales de cada persona.	
Acciones a Realizar	Cernimiento Inicial ⁹
Inicio y frecuencia	• Inicial: menores de 10 años o desde edad peripuberal. • Seguimiento: anual, mínimamente.
Acciones a Realizar	Cernimiento General
Inmunizaciones que realizar, excepto si está contraindicado	• Para persona de 0 a 18 años¹⁰. ○ Vacunas: ▪ Hepatitis B; Rotavirus; Diphtheria, tetanus, & acellular pertussis (DTaP); Haemophilus influenzae type b; Pneumococcal conjugate; Inactivated poliovirus; Influenza (IIV) or Influenza (LAIV); Measles, mumps, rubella; Varicella; Hepatitis A; Tetanus, diphtheria, & acellular pertussis (Tdap); Human papillomavirus; Meningococcal ACWY; Meningococcal B; Pneumococcal polysaccharide. ○ Vacuna para prevenir complicaciones por COVID-19. ▪ Deberá estar ALERTA a las recomendaciones¹¹ del Comité de Asesoría sobre Inmunizaciones del CDC en su página digital.

⁶ Estas Guías solo cubren algunas áreas en que se debe hacer cernimiento. Las mismas no excluyen o limitan otros cernimientos importantes para la salud. El profesional de la salud debe usar su juicio clínico junto a las prevalencias de condiciones que afectan la salud en el área geográfica en el que provee servicios y el cuadro clínico de su paciente, para determinar si ha de realizar todos u otros cernimientos aquí no descritos.

⁷ <https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/Page/Name/uspstf-a-and-b-recommendations-by-date/>

⁸ <https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/Page/Name/tools-and-resources-for-better-preventive-care>

⁹ The Initial Reproductive Health Visit. ACOG Committee opinion #598. May, 2014. Departamento de Salud lleva registro de nacimientos, la edad más temprana registrada es 10 años.
<http://www.acog.org/-/media/Committee-Opinions/Committee-on-Adolescent-Health-Care/co598.pdf?dmc=1&ts=20170320T1940176104>

¹⁰ Retrieved JAN2021 from <https://www.cdc.gov/vaccines/schedules/hcp/imz/child-adolescent.html>. Recommended Child and Adolescent Immunization Schedule for ages 18 years or younger, United States, 2020.

¹¹ <https://www.cdc.gov/vaccines/hcp/acip-recs/vacc-specific/covid-19.html>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	• Para personas mayores de 18 años.¹² ○ Vacunas: Influenza inactivated (IIV) o Influenza recombinant (RIV); Influenza live, attenuated (LAIV); Tetanus, diphtheria, pertussis (Tdap or Td); Measles, mumps, rubella (MMR); Varicella (VAR); Zoster recombinant (RZV) (preferred) o Zoster live (ZVL); Human papillomavirus (HPV); Pneumococcal conjugate (PCV13); Pneumococcal polysaccharide (PPSV23); Hepatitis B (HepB); Meningococcal A, C, W, Y (MenACWY); Meningococcal B (MenB); Haemophilus influenzae type b (Hib). ○ Vacuna para prevenir complicaciones por COVID-19. ▪ Deberá estar ALERTA a las recomendaciones¹³ del Comité de Asesoría sobre Inmunizaciones del CDC en su página digital.
Historial: Ver Guías Pediátricas Departamento de Salud	• En caso de menores de edad, las prioridades¹⁴ son: ○ Atender necesidades de la adolescente y de los custodios: ○ Temas para discutir: situaciones del hogar, desarrollo según su etapa de adolescencia, salud física, oral, auditiva, alimentaria, reproductiva, escolar, social, emocional, autoimagen/estima, conductas de riesgo, violencia y prevención de trauma. ○ Cernimiento Universal: ▪ Depresión: inicial a los 12 años ▪ Dislipidemia: desde 11 años. ▪ Audición: desde 11 años. ▪ Uso de alcohol, tabaco y drogas: según historial ▪ Visión: inicial a los 10 años. ○ Edad para consentir a una actividad sexual en Puerto Rico es 16¹⁵ años. ▪ Toda menor de 16 años en actividad sexual, consentida o no, se debe reportar al Departamento de la Familia y Policía. • Consentimiento con excepción: "...salvo cuando la víctima es mayor de catorce (14) años y la diferencia de edad entre la víctima y la persona señalada es de cuatro (4) años o menos." ○ Se recomienda, ante cualquier duda, consultar con las Agencias.

¹² Retrieved JAN2021 from <https://www.cdc.gov/vaccines/schedules/hcp/imz/adult.html>. Recommended Adult Immunization Schedule for ages 19 years or older, United States, 2020

¹³ <https://www.cdc.gov/vaccines/hcp/acip-recs/vacc-specific/covid-19.html>

¹⁴ https://brightfutures.aap.org/Bright%20Futures%20Documents/BF4_AdolenceVisits.pdf.

¹⁵ <https://www.ramajudicial.pr/leyes/codpenal2012/CodPenal-LEY-146-2012.pdf>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

Examen físico: Ver Guías Pediátricas del Departamento de Salud	• Vitales: PA (Presión Arterial), P (Pulso), WT(Peso), HT (Estatura), BMI¹⁶ (Índice Masa Corporal) LMP (Fecha última menstruación)¹⁷ • General: ○ Según historial y sintomatología, incluyendo visión, audición, oral. ○ Estadio Tanner, en caso de menores (10 a 18 años). ○ Piel: incluir acné, acantosis nigricans, lunares, lesiones, tatuajes, trauma autoinfligido u otro. • Pélvico: ○ Externo: inspección en caso de menores prepuberal y peripuberal¹⁸ (el examen pélvico interno solo se hará de ser indicado por el historial, por ejemplo, trauma). ○ Interno: a partir de los 21 años, salvo indicado por historial u otro signo o sintomatología; para realizar el PAP, pruebas de identificación de infecciones sexualmente transmisibles u otras pruebas de cernimiento.
Condiciones	Salud General
Uso de alcohol mayor a lo considerado como moderación ¹⁹	• Edades: ○ 10 años o más, anualmente. ○ Embarazo, desde el primer trimestre.²⁰ ○ Consentimiento al uso de bebida con alcohol en PR es 18 años.²¹ • Moderado = 1 bebida al día. • Puede usar pruebas (validadas en español) como CRAFFT, AUDIT-C Tool.²²⁻²³ 

¹⁶ https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/adult_bmi/index.html.

https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/childrens_bmi/acerca_indice_masa_corporal_ninos_adolescentes.html.

¹⁷ <https://www.acog.org/-/media/Committee-Opinions/Committee-on-Adolescent-Health-Care/co651.pdf>

¹⁸ Well woman care. 4th ed. 2014. Part III Pediatric Gynecology. <http://www.acog.org/Resources-And-Publications/Guidelines-for-Womens-Health-Care>.

¹⁹ National Institute on alcohol abuse and alcoholism. <http://www.niaaa.nih.gov/alcohol-health/overview-alcohol-consumption/moderate-binge-drinking>

²⁰ American Congress Obstetrics and Gynecology, Committee Opinion 496, AUG, 2011. Alcohol dependence, implications for OB GYN

²¹ Ley 1 del 31 de enero de 2011, Código de Rentas Internas rige la prohibición de venta a menores de 18 y Ley 246 Departamento de la Familia, Maltrato de menores establece el maltrato (darle alcohol) o negligencia (falta de supervisión).

²² Unhealthy drinking in adults, Screening and Prevention. Group Health Cooperative. 2014.

²³ https://www.integration.samhsa.gov/images/res/tool_auditc.pdf

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

Ansiedad ²⁴	• Edades: 10 o más años, historial si debe ser anual • Frecuencia: según historial clínico. • Pruebas que pueden usarse: GAD
Presión arterial ²⁵ Hipertensión	• Edades: ○ 10 a 21 años: anualmente ○ 22 a 39 años: cada 3 a 5 años ○ 40 años o más, o con factores de riesgo: anual • Dirigido hacia un diagnóstico²⁶: ○ Toma de la presión por varios días según recomendación médica. ▪ Puede utilizar la media de 2 mediciones tomadas mientras la paciente está sentada, permitir al menos 5 minutos entre la entrada al consultorio y la medición de la presión arterial, usar un brazalete de tamaño apropiado y colocar el brazo de la paciente al nivel de la aurícula derecha durante la medición. ▪ Múltiples mediciones a lo largo del tiempo tienen un mejor valor predictivo positivo para la hipertensión que una sola medición. ▪ La presión arterial se ve afectada por varios factores a corto plazo, como las emociones, estrés, dolor, actividad física y drogas (incluyendo cafeína y nicotina). ○ Antes de tomar la presión: ▪ No beber café o fumar cigarrillos durante 30 minutos. ▪ Ir al baño. ▪ Sentarse durante 5 minutos.
Contraceptivos ²⁷	• Edad: 10 o más por necesidades identificadas en el historial, orientación debe ser anual • Frecuencia: según se necesite para evitar embarazos no intencionados y promover nacimientos saludables. • Servicio: orientación, manejo y seguimiento sobre salud reproductiva. ○ Toma de decisión: paciente • Los métodos anticonceptivos para mujeres actualmente identificados por la Administración de Drogas y Alimentos incluyen: ○ cirugía de esterilización ○ por implantes hormonales ○ dispositivos intrauterinos de cobre ○ dispositivos intrauterinos con progestina (todas las duraciones y dosis) ○ anticonceptivos por inyección

²⁴ <https://adaa.org/screening-generalized-anxiety-disorder-gad>

²⁵ <http://www.cc.nih.gov/cc/pedweb/pedsstaff/bptable1.PDF>

²⁶ <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/hbp/diagnosis>

²⁷ CDC Medical Eligibility Criteria, https://www.cdc.gov/reproductivehealth/contraception/contraception_guidance.htm

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	○ anticonceptivos orales (píldora combinada) ○ anticonceptivos orales (solo progestina) ○ anticonceptivos orales (extendidos o uso continuo) ○ parche anticonceptivo ○ anillos anticonceptivos vaginales ○ diafragmas ○ barreras como condón ○ esponjas anticonceptivas ○ capuchones cervicales ○ condones femeninos ○ espermicidas ○ anticoncepción de emergencia (levonorgestrel) ○ anticoncepción de emergencia (acetato de ulipristal) ○ instrucción en métodos basados en el conocimiento de la fertilidad ○ método de amenorrea por la lactancia
Depresión	• Edad: 10 o más, todas incluyendo embarazadas y postparto. • Frecuencia: según historial, sino anual • Instrumentos que pueden usarse: ○ "Patient Health Questionnaire" ▪ Utilizar instrumentos validados como PHQ2²⁸ primero, si da positivo usar el PHQ9²⁹. ○ Hospital anxiety and depression scales ○ Geriatric scale (edad 40-49 años) ○ Edinburgh postnatal depression scale • Cernimiento debe ser precedido de conocer a donde referir para el diagnóstico y manejo apropiado.
Diabetes ³⁰	• Edades: 40 a 49 años ○ Con sobrepeso u obesidad. ○ Si tiene historial de diabetes gestacional: cernimiento cada 3 años hasta haber pasado 10 años del embarazo. • Frecuencia: cada 3 años • Riesgo para PreDiabetes³¹:

²⁸ https://aidsetc.org/sites/default/files/resources_files/PHQ-2_Spanish.pdf

²⁹ http://lphi.org/CMSuploads/phq_9_spanish-66322.pdf

³⁰ <https://www.idf.org/aboutdiabetes/prevention.html>

³¹ <https://www.diabetes.org/diabetes-risk>

	○ Tiene 45 años o más ○ Tener trasfondo étnico/raza negra, hispana / latina, indígena, asiática o isleña del Pacífico. ○ Tener un padre, hermano o hermana con diabetes. ○ Tener sobrepeso. ○ Estar físicamente inactiva. ○ Tener la presión arterial alta o toma medicamentos para la presión arterial alta. ○ Tener colesterol HDL bajo y/o triglicéridos altos. ○ Tuvo diabetes durante el embarazo ○ Ha sido diagnosticada con síndrome de ovario poliquístico. ● Prevención³²: ○ Elegir agua, café o té en lugar de jugo de frutas, refrescos u otras bebidas azucaradas. ○ Comer al menos tres porciones de vegetales todos los días, incluyendo vegetales de hoja verde. ○ Comer hasta tres porciones de fruta fresca todos los días. ○ Elegir nueces, un trozo de fruta fresca o yogur sin azúcar para la merienda. ○ Limitar el consumo de alcohol a un máximo de dos bebidas estándar por día. ○ Elegir cortes magros de carnes blancas, aves o mariscos en lugar de carnes rojas o procesadas. ○ Elegir mantequilla de maní en lugar de chocolate para untar o mermelada. ○ Elegir pan integral, arroz o pasta en lugar de pan blanco, arroz o pasta. ○ Elegir grasas no saturadas (aceite de oliva, aceite de canola, aceite de maíz o aceite de girasol) en lugar de grasas saturadas (mantequilla, manteca, grasa animal, aceite de coco o aceite de palma). ● Alimentos con <u>alto contenido de azúcar</u>: contienen más de 22.5 g de azúcar por 100 g (22.5%). ● Pruebas³³: de ser positivo, deben repetirse. ○ Fasting Plasma Glucose (FPG): requiere ayunar por al menos 8 horas antes. ▪ Diabetes: igual o mayor de 126 mg/dl. ▪ PreDiabetes: 100 – 125mg/dl. ▪ Normal: menos de 100mg/dl. ○ 2-hr PG, usando 75g: ▪ Diabetes: igual o mayor de 200 mg/dl. ▪ PreDiabetes: 140 – 199mg/dl. ▪ Normal: menos de 140mg/dl.
--	--

³² Screening for Abnormal Blood Glucose & Type 2 Diabetes Mellitus.

³³ <https://www.diabetes.org/a1c/diagnosis>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	○ HbA1C (Hemoglobina glicosilada): evalúa niveles de los pasados 2 a 3 meses. ▪ Diabetes: igual o mayor de 6.5%. ▪ PreDiabetes: 5.7% - 6.49% ▪ Normal: menos de 5.7% ○ Random Plasma Glucose (RPG) ▪ Diabetes: igual o mayor de 200mg/dL • Caso de embarazada: ○ Cernimiento para Diabetes Gestacional: prueba de glucosa oral de 50 g: inicial, si es anormal hacer prueba de tolerancia a la glucosa oral de 100 g de 3 horas debido a su alta sensibilidad y especificidad. ▪ Periodos de tiempo: • Primera visita. • Repetir a las 24 a 28 semanas. • Caso Diabetes Gestacional SIN diagnóstico de Diabetes Tipo 2 y No embarazada: ○ Prueba Post parto: 4-6 semanas post parto ▪ Negativo: repetir cada 3 años por 10 años. ▪ Positivo: repetir para confirmar, en los primeros 6 meses post parto.
Suplementos de Ácido Fólico	• Edad: 10 o más, tomar en cuenta historial de alergias. • Frecuencia: a diario por toda mujer con capacidad de embarazo³⁴ (50% de embarazos no son planificados) para prevenir defectos del tubo neural. • Cantidad: 400 – 800 µg
Dieta y actividad saludable	• Edades: 10 años o más, verificar historial, sobre todo si hay factores de riesgo cardiovascular. • Determinación de factores de riesgo cardiovascular³⁵: ○ Factores de riesgo que SE PUEDEN controlar: fumar, niveles colesterol y triglicéridos altos, hipertensión, prediabetes y diabetes, síndrome metabólico, sobrepeso y obesidad, uso de pastillas contraceptivas, pobre alimentación y actividad física, estrés y depresión, anemia y apnea del sueño. ○ Factores de riesgo que NO SE PUEDEN controlar: edad y menopausia, historial familiar, historial de preeclampsia y condiciones inflamatorias emergentes. • Recomendación de actividad física³⁶: al menos 150 min a la semana, 20-30 minutos diarios.

³⁴ Well woman care. 4th ed. 2014. Part III Pediatric Gynecology. <http://www.acog.org/Resources-And-Publications/Guidelines-for-Womens-Health-Care>.

³⁵ <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/hdw/atrisk>

³⁶ https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/toolkit/userguide_pa.pdf. Youth Physical Guidelines.

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	• Evaluación de patrones de alimentación.³⁷⁻³⁸ ○ Usar Guía Alimentaria PR³⁹ para recomendaciones. ○ Usar pruebas, ejemplo, SCOFF⁴⁰
Violencia Doméstica / Violencia Interpersonal	• Edad: 14 años o mayor. • Frecuencia: anual. • Proporcionar información sobre servicios disponibles: asesoramiento, educación, estrategias de reducción de daños y referidos a servicios de apoyo apropiados. • Factores de mayor riesgo: ○ Edad joven ○ Uso de sustancias tóxicas ○ Problemas económicos ○ Relaciones disfuncionales • Violencia interpersonal y doméstica: ○ violencia física ○ violencia sexual ○ acoso ○ agresión psicológica (incluida la coerción) ○ coerción reproductiva ○ negligencia ○ amenaza de violencia, abuso o ambos
Cernimiento de niveles de Lípidos y Uso de Estatinas para la prevención primaria de enfermedades cardiovasculares ⁴¹ (ECV)	• Mujeres sin riesgo ○ Cernimiento de Lípidos: ▪ Edades: • 10 a 11 años: 1 vez, verificar historial si debe ser anual • 18 a 21 años: 1 vez • Mayor de 40 años: cernimiento de riesgo anual + niveles de lípidos cada 5 años

³⁷ http://www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/childrens_bmi/about_childrens_bmi.html

³⁸ <http://www.nedc.com.au/identifying-people-at-risk>

³⁹ Guía Alimentaria de Puerto Rico, Mi Plato, 2012. Departamento de Salud. <http://www.salud.gov.pr/dept-de-salud/documents/comision%20de%20alimentacion%20y%20nutricion%20de%20puerto%20rico/guia%20alimentaria.pdf>

⁴⁰ http://www.hvn.es/enfermeria/ficheros/cuestionario_scoff.pdf

⁴¹ <https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/Page/Document/draft-recommendation-statement175/statin-use-in-adults-preventive-medication1#tab>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	○ Lípidos para análisis: colesterol ▪ Total ▪ LDL (>130mg/dL) ▪ HDL (<40mg/dL) ● Se recomienda estatina de dosis baja a moderada para la prevención de eventos de ECV a toda persona adulta sin historial de enfermedad cardiovascular que presente los siguientes criterios: ○ Al menos 40 a 49 años ○ Tener al menos un factor de riesgo cardiovascular⁴² (dislipidemia, fumar, diabetes, hipertensión). ○ Tener un riesgo calculado⁴³ de 7.5% o más, en 10 años, de un evento cardiovascular.
Obesidad	● Edad: 10 o más años. ● Frecuencia: anual ● Medición: estatura y peso ○ Sobrepeso: BMI = 25 – 29kg/m² ○ Obesidad: BMI = 30 kg/m² o más ● Referir⁴⁴ casos de obesidad a servicios interdisciplinarios
Uso de sustancias tóxicas ⁴⁵	● Edad: 10 a 21 años ● Frecuencia: según historial, si debe ser anual ● Pruebas: CRAFFT⁴⁶, puede usarse desde los 12 años ● Preguntar sobre conductas de riesgo y protección^{47,48-49} ○ Factores de riesgo: conducta agresiva, falta de supervisión, amistades que usan drogas, fácilmente disponible. ○ Factores de protección: control de impulsos, supervisión por custodios, participación escolar, metas de vida, participación comunitaria, políticas antidrogas operantes.

⁴² http://tools.acc.org/ldl/ascvd_risk_estimator/#!/calculate/estimator/

⁴³ http://professional.heart.org/professional/GuidelinesStatements/PreventionGuidelines/UCM_457698_SubHomePage.jsp

⁴⁴ Behavioral weight loss interventions to prevent obesity related morbidity and mortality in adults: US Preventive Services Task Force recommendation statement. JAMA. 2018; 320(11):1163-1171.

⁴⁵ <https://brightfutures.aap.org/Bright%20Futures%20Documents/Screening.pdf>

⁴⁶ <https://crafft.org/>

⁴⁷ Conductas de riesgo. http://www.ceasar-boston.org/CRAFFT/pdf/CRAFFT_Spanish.pdf

⁴⁸ Uso de sustancias tóxicas. <https://www.communitycarenc.org/media/tool-resource-files/sbirt-dast-10-forms.pdf>.

⁴⁹ https://d14rmgtrwzf5a.cloudfront.net/sites/default/files/preventingdruguse_2_1.pdf

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

Uso de tabaco ⁵⁰	• Edad: 10 o más años. • Frecuencia: anual • Explorar uso⁵¹: recomendar su cese y referir para ayuda, fármacos. • Explorar exposición⁵²: recomendar tomar posición de "no tolerancia" para proteger la salud.⁵³
Incontinencia urinaria ⁵⁴	• Edades⁵⁵: todas, especialmente postparto • Periodo de tiempo: anual ○ Evaluar si afecta sus actividades y calidad de vida. ▪ Positivo: referir para una evaluación y tratamiento. • Factores asociados con mayor riesgo: ○ aumento de la paridad ○ edad avanzada ○ obesidad
Condiciones a Prevenir	Enfermedades Infecciosas
Gonorrea y Clamidia ⁵⁶	• Edad: 10 a 21 años. ○ Frecuencia: anual; según riesgo identificado en historial. ▪ Más de 22 años: anual, dependiendo del riesgo. ▪ Factores de riesgo: • Edad < 25 años • Pareja nueva o múltiples • Pareja que tiene otra pareja • Pareja con infección • Uso irregular del condón • Haber tenido una infección • Intercambio de dinero o drogas por sexo • Historial previo de infección sexualmente transmisible

⁵⁰ http://www.who.int/substance_abuse/activities/assist/en/

⁵¹ https://www.who.int/substance_abuse/activities/assist_spanish.pdf?ua=1

⁵² <https://www.ahrq.gov/prevention/guidelines/tobacco/clinicians/presentations/2008update-overview/slide43.html>

⁵³ <https://smokefree.gov/stay-smokefree-good/how-stay-smokefree>.

⁵⁴ Screening for Urinary Incontinence. Women's Preventive Services Initiative. <https://www.womenspreventivehealth.org/recommendations/screening-for-urinary-incontinence/>. Published February 27, 2018. Accessed March 24, 2020.

⁵⁵ *Neurourol Urodyn.* 2015 Apr; 34(4): 332–335. A Screening Tool for Clinically Relevant Urinary Incontinence.

⁵⁶ CDC STD Guidelines for Screening. http://www.cdc.gov/std/tg2015/screening-recommendations.htm#modalIdString_CDCTable_1

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	• Historial de violencia sexual • Pareja con historial encarcelamiento. • Mujeres embarazadas: ○ Cernimiento en visita inicial del prenatal. ▪ En caso de alto riesgo, se debe repetir pruebas. ○ Prueba rápida de VIH se recomienda para mujeres embarazadas que se presentan en trabajo de parto activo con un estado de VIH no documentado. • Pruebas: ○ Dos: 1º para cernimiento y 2º para confirmar ○ Adolescente sexualmente activa:⁵⁷ de dar positivo, hacerle prueba de reinfección a las 4 semanas, repetir en 3 meses ▪ Clamidia y Gonorrea, VIH, Sífilis ▪ Virus Hepatitis B, C: en adolescentes en alto riesgo ○ Mujer adulta en alto riesgo de infección: ▪ Clamidia, Gonorrea, Tricomonas, HSV, HIV, Hepatitis B, Hepatitis C
Hepatitis B ⁵⁸	• Edad: ○ 10 años o más, según riesgo identificado en historial. ○ toda persona con alto riesgo de infección. ○ toda mujer embarazada en su primera visita prenatal y mujeres embarazadas que se presentan en trabajo de parto activo con un estado de Hepatitis B no documentado. • Prueba: HBsAg • Factores de riesgo: ○ Nacer en país con prevalencia de 2% o más. ○ No haber recibido vacuna ○ Uso de drogas inyectables. ○ Parejas o contacto con personas infectadas. ○ Viajar a lugares endémicos sin completar su vacunación.
Hepatitis C ⁵⁹	• Edad: 18 a 49 años • Frecuencia: ○ Al menos una vez ○ Repetir pruebas según riesgos.

⁵⁷ <http://www2.pr.gov/ogp/Bvirtual/leyesreferencia/PDF/Justicia/146-2012/146-2012.pdf>

⁵⁸ LeFevre ML. Screening for hepatitis B virus infection in nonpregnant adolescents and adults: U.S. Preventive Services Task Force recommendation statement. *Ann Intern Med.* 2014; 161(1):58-66.

⁵⁹ U.S. Preventive Services Task Force. Screening for hepatitis C virus infection in adolescents and adults: US Preventive Services Task Force recommendation statement. *JAMA.*

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	- Factores de riesgo: - Uso drogas inyectables. - Transfusión de sangre antes de 1992. - Hemodiálisis crónica. - Nacido de madre infectada. - Uso de drogas intranasal. - Tatuajes no reglamentados. - Exposición percutánea (ej. profesionales de la salud)
VIH profilaxis ⁶⁰	- Edad: 10 años o más; personas en alto riesgo de adquirir; según riesgo identificado en historial. - Frecuencia: incluyendo adolescentes y mujeres embarazadas - Pareja con VIH - Uso ocasional de condones con pareja de VIH desconocido o positivo - Haber tenido gonorrea o sífilis 6 meses antes o tener pareja con ello. - Uso de drogas inyectables o tener pareja con dicho uso. - Intercambio de sexo por dinero o drogas o tener pareja con dicha práctica.
Tuberculosis ⁶¹	- Edad: 10 años o más; personas en alto riesgo de adquirir; según riesgo identificado en historial. - Dos tipos de pruebas para la infección de TB: - Prueba cutánea de TB: Mantoux tuberculin skin test (TST) - Prueba de sangre de TB: interferon-gamma release assays (IGRA) - Riesgo de infección aumentado por: - Pasar tiempo con persona infectada. - Proceder de un país donde la enfermedad de TB es común (la mayoría de los países de América Latina, el Caribe, África, Asia, Europa del Este y Rusia). - Vivir o trabajar en entornos de alto riesgo (por ejemplo: correccionales, centros de atención a largo plazo u hogares de ancianos y refugios para personas sin hogar) - Trabajadores de la salud que atienden a pacientes con mayor riesgo de contraer tuberculosis. - Bebés, niños y adolescentes expuestos a adultos con mayor riesgo de infección tuberculosa latente o enfermedad tuberculosa. - Tener sistema inmune disminuido o comprometido - Tener VIH positivo - Haber sido infectada en los últimos dos años. - Tener condiciones de salud que debilitan sistema inmune.

⁶⁰ Preexposure Prophylaxis for the Prevention of HIV Infection: US Preventive Services Task Force recommendation statement. JAMA. 2019;321(22):2203-2213.

⁶¹ <https://www.cdc.gov/features/tbsymptoms/>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	▪ Fumar, uso y abuso de alcohol, drogas. ▪ Personas de edad avanzada. ▪ No haberse tratado adecuadamente una infección o enfermedad por TB
Condiciones a Prevenir	Cáncer
Cáncer de seno ⁶²	• Edad alto riesgo, antes de 50 años. • Frecuencia: mínimamente cada dos años, hasta anual. • Factores de riesgo: ○ Aumento de la edad. ○ Historial familiar de cáncer de mama u ovario: especialmente entre familiares de primer grado y aparición antes de los 50 años. ○ Historial de hiperplasia atípica u otras lesiones mamarias no malignas de alto riesgo. ○ Biopsia mamaria previa. ○ Tejido mamario denso. ○ Mujeres consideradas de alto riesgo de cáncer de mama (cáncer previo de mama u ovario, portadores de la mutación BRCA, radiación previa en dosis alta al tórax) • Recomendaciones de detección de la American Cancer Society⁶³. ○ Exámenes clínicos de los senos: no se recomiendan para la detección del cáncer de seno entre las mujeres de riesgo promedio a cualquier edad. ○ NOTA: MRI no sustituye al mamograma. ○ Mamografía: ▪ Mujer con riesgo promedio, si no tiene: • Antecedentes personales de cáncer de seno • Historial familiar fuerte de cáncer de seno o una mutación genética conocida por aumentar el riesgo de cáncer de seno (como en un Gen BRCA) • No ha recibido radioterapia de tórax antes de los 30 años ▪ Periodos de tiempo: • Entre 40 y 44 años: <u>comenzar</u> a hacerse la detección con una mamografía <u>todos los años</u>. • De 45 a 49 años <u>deben</u> hacerse mamografías <u>cada año</u>. • Mayores de 55 años: pueden cambiarse a una mamografía <u>cada dos años</u>, o anuales, según riesgo. ▪ Mamografía debe continuar mientras una mujer goce de buena salud y se espere que viva al menos 10 años más.

⁶² <https://www.womenspreventivehealth.org/recommendations/breast-cancer-screening-for-average-risk-women/>

⁶³ <http://www.cancer.org/cancer/breastcancer/moreinformation/breastcancerearlydetection/breast-cancer-early-detection-acs-recs>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	○ Mamografía + MRI de Seno: ▪ Mujeres con alto riesgo: • Tener un riesgo de cáncer de seno de por vida de aproximadamente 20% o más, de acuerdo con las herramientas de evaluación de riesgos que se basan principalmente en los antecedentes familiares. • Tener una mutación conocida del gen BRCA1 o BRCA2 (basado en haber tenido pruebas genéticas). • Tener un pariente de primer grado (padre, hermano, hermana o hijo) con una mutación genética BRCA1 o BRCA2, y no se han realizado pruebas genéticas ellos mismos. • Recibió radioterapia en el pecho cuando tenían entre 10 y 30 años. • Tiene síndrome de Li-Fraumeni, síndrome de Cowden o síndrome de Bannayan-Riley-Ruvalcaba, o tiene familiares de primer grado con uno de estos síndromes. ▪ Periodos de tiempo: • Comenzar a los 30 años, anualmente.
Cáncer cervical	• Edad y Frecuencias: citología y pruebas; mujeres con cuello uterino, sin importar historial sexual o historial de vacunación contra HPV. ○ Iniciar a los 21⁶⁴ años: No importa la edad a que iniciara la actividad sexual. ▪ Excepción, personas inmunocomprometidas. ○ 21 a 29 años: ▪ Citología sola: cada 3 años ○ 30 a 49 años: ▪ Citología sola: cada 3 años ▪ Prueba hrHPV: cada 5 años ▪ Citología y Prueba hrHPV: cada 5 años • Alto riesgo es diagnóstico de: ○ Lesión precancerosa de alto riesgo. ○ Exposición intra-útero al Dietilstilbestrol. ○ Estado inmunocomprometido. • Hacer el PAP: ○ Opciones⁶⁵: ▪ A: si es negativo el PAP, se hará el PAP cada 3 años.

⁶⁴ Well woman care. 4th ed. 2014. Part IV Cervical cancer screening. <http://www.acog.org/Resources-And-Publications/Guidelines-for-Womens-Health-Care>.

⁶⁵ <https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/Page/Document/UpdateSummaryFinal/cervical-cancer-screening>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

	▪ B: si es negativo el PAP y la prueba HPV, se puede realizar cada 5 años. • No se recomienda la citología y la prueba del virus del papiloma humano para mujeres menores de 30 años⁶⁶. • Mujeres de 30 a 65 años deben someterse a citología y pruebas del virus del papiloma humano cada 5 años o de citología sola cada 3 años. ○ Resultado insatisfactorio⁶⁷: ▪ Si es HPV negativo, repetir a los 3 meses el PAP. ▪ Si es HPV positivo y su edad es igual o mayor de 30 años, referir para evaluación por colposcopio. ○ Resultado anormal: referir para manejo según edad y observaciones de colposcopia.
Uso de medicamentos para prevenir cáncer de seno ⁶⁸	• Edades: 40 años o más • Frecuencia: evaluación anual • Candidatas para uso medicamentos: ○ Mujer en alto riesgo de cáncer de seno y bajo riesgo de efectos secundarios. • Factores de alto riesgo para cáncer de seno: ○ Edad ○ Historial familiar de cáncer de seno u ovárico. ○ Historial de hiperplasia atípica, lesiones del seno de alto riesgo. ○ Previa biopsia de seno. ○ Tejido mamario denso. ○ Riesgo de cáncer de seno a 5 años de 3% o más. • Medicamentos: ○ Ejemplos: ▪ Tamoxifeno ▪ Raloxifeno ○ Reducen el riesgo de cáncer de seno en mujeres con un riesgo más alto que el promedio ○ Pueden tener sus propios riesgos y efectos secundarios. ○ Únicos aprobados para ayudar a reducir el riesgo de cáncer de seno ▪ Inhibidores de la aromatasa también podrían ser una opción.

⁶⁶ <https://www.hrsa.gov/womens-guidelines-2019>

⁶⁷ <http://www.asccp.org/guidelines>

⁶⁸ <https://www.cancer.org/cancer/breast-cancer/risk-and-prevention/tamoxifen-and-raloxifene-for-breast-cancer-prevention.html>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

Pruebas de mutación BRCA ⁶⁹	• A toda mujer que tenga familiares con historial de cáncer de mama, ovario, tubo de Falopio, peritoneal. ○ Poblaciones de mayor riesgo: ▪ Cáncer de seno diagnosticado antes de los 50 años ▪ Cáncer en ambos senos en la misma mujer ▪ Tanto cánceres de seno como de ovario, ya sea en la misma mujer o en la misma familia ▪ Múltiples cánceres de seno en la familia ▪ Dos o más tipos primarios de cánceres relacionados con <i>BRCA1</i> o <i>BRCA2</i> en un solo miembro de la familia ▪ Casos de <u>cáncer de seno en hombres</u> ▪ Etnicidad judía Askenazí ○ En caso positivo, referir a consejería genética. • Prueba de riesgo de cáncer de mama⁷⁰
Cáncer de piel	• Edades: ○ 10 a 24 años: orientación, cernimiento anual ○ Personas a riesgo: ▪ Exposición a la radiación durante la infancia y la adolescencia. ▪ Piel clara. ▪ Cabello y color de ojos claros. ▪ Pecas. ▪ Quemarse fácilmente. ▪ Usar camas de bronceado. ▪ Antecedentes de cáncer de piel previo. ▪ Antecedentes familiares de cáncer de piel. ▪ VIH ▪ Antecedentes de un trasplante de órganos. • Explorar exposición a rayos ultravioletas⁷¹ ○ Uso de ropa que proteja del sol. ○ Uso de bloqueador solar: "Sun Protection Factor" (SPF) de al menos 15 blocks al 93%. ○ Uso de sombrero. ○ Uso de espejuelos de sol que bloquee 99-100% ○ Horario peor de exposición al sol, sobre todo de 10AM – 4PM.

⁶⁹ <http://www.cancer.gov/espanol/cancer/causas-prevencion/genetica/hoja-informativa-brca>

⁷⁰ <https://bcrisktool.cancer.gov/>

⁷¹ <http://www.skincancerprevention.org/skin-cancer/prevention-tips>

Guía de Servicios Preventivos de Salud
Mujer Edad Reproductiva (GSPS-MER) 2021

Condiciones a Prevenir	Otros
COVID-19	Mantenerse atentos a directrices del CDC⁷²
Embarazo no intencionado	- Preguntar sobre "su deseo de embarazo durante el próximo año"⁷³⁻⁷⁴. - Si es SI, adicionar una Guía Preconcepcional⁷⁵. - Si es NO, preguntar sobre actividad sexual presente o futura. - Si es SI, preguntar si usa métodos a su satisfacción para prevenir el embarazo. - Si es SI, repasar uso adecuado. - Si es No, auscultar si desea información para disminuir riesgos de enfermar por infecciones sexualmente transmisibles o embarazo.
Trauma	- Exposición a eventos violentos, traumáticos⁷⁶: guerra, desastre natural, accidente, violencia interpersonal, agresión, robo, abuso sexual⁷⁷, violencia doméstica⁷⁸, en una cita, acecho, otros - Uso de medidas de seguridad: cinturón de seguridad⁷⁹ y cascos cuando sean recomendados⁸⁰.
ZIKA ⁸¹⁻⁸²	- Se transmite principalmente por la picadura de un mosquito de la especie Aedes infectado (Ae. Aegypti y Ae. Albopictus). - Pican durante el día y la noche. - Puede transmitirse de una mujer embarazada a su feto. - Puede transmitirse a través del sexo de una persona que tiene Zika a sus parejas sexuales. - Actualmente no hay vacuna disponible. - Los mosquitos que pueden transmitir el Zika se encuentran en todo Estados Unidos. - Pruebas para identificar ZIKA⁸³:

⁷² <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

⁷³ http://stipu.nsw.gov.au/wp-content/uploads/147045_GP_STI_Testing_Tool_2012.pdf

⁷⁴ <https://powertodecide.org/one-key-question>. https://powertodecide.org/system/files/resources/primary-download/OKQ%20Algorithm_Clinical.pdf.

⁷⁵ <https://www.cdc.gov/preconception/spanish/planning.html>. <https://beforeandbeyond.org/toolkit/reproductive-life-plan-assessment/>.

⁷⁶ <http://www.integration.samhsa.gov/clinical-practice/life-event-checklist-lec.pdf>

⁷⁷ American Congress of Obstetrics and Gynecology Committee Opinion 498, Aug, 2011 and 2015. Reaffirmed 2019. Adult manifestations of child sexual abuse.

⁷⁸ American Congress of Obstetrics and Gynecology Committee Opinion 518, Feb, 2012.

⁷⁹ <https://crashstats.nhtsa.dot.gov/#/DocumentTypeList/11>

⁸⁰ <http://www.traumaticbraininjury.com/prevention/>

⁸¹ <https://www.cdc.gov/zika/prevention/prevent-mosquito-bites.html>

⁸² <https://www.cdc.gov/zika/pdfs/spanish/sick-with-chikv-denv-zika-sp.pdf>

⁸³ <https://www.cdc.gov/zika/symptoms/diagnosis.html>

	○ Presencia de síntomas de Zika ○ Viaje a un país con un brote actual de Zika (áreas rojas). ○ Nota: No hay países o territorios de Estados Unidos que estén informando actualmente sobre un brote de Zika. ○ Las pruebas deben realizarse lo antes posible, mientras aún tenga síntomas. ○ Las pruebas pueden incluir una prueba molecular que busca la presencia del virus en el cuerpo o una prueba serológica que busca anticuerpos que su cuerpo produce para combatir infecciones. ● Prevención: ○ Planificar viajes, evitar lugares endémicos. ○ Uso de: ▪ repelentes de mosquitos aprobados por la EPA. ▪ mangas y pantalones largos. ▪ control de mosquitos en el ambiente, como mosquiteros, uso aire acondicionado. ○ Explorar si desea embarazo: ▪ Si es SI, ver Guías Preconcepcional. ▪ Si es NO, referir para acceso a contraceptivos de alta eficacia y de barrera.
--	--

*Cuando hay inclusión, diversidad y equidad,
hay servicios de salud de excelencia.*



Salud Mujer, Salud Comunidad