



Examen físico anual



Descripción general

Este es un chequeo que hacemos en persona. Lo llamamos "examen físico". Es una forma de evaluar el cuerpo. Un examen físico es bueno para usted incluso si siente que goza de excelente salud. Nos permite recopilar información importante que utilizamos para hacer un seguimiento de su salud a lo largo del tiempo. Además, nos ayuda a detectar problemas de salud de los que quizás no tenga conocimiento.

Qué se puede esperar

Entonces, ¿qué hacemos durante el examen físico? Bueno, medimos su estatura, su peso y su IMC. Eso es su "índice de masa corporal" (una medida de la grasa corporal). Le tomamos la presión arterial. Además, escuchamos su corazón y sus pulmones con un estetoscopio. Luego examinamos su cuerpo. Es posible que palpemos o presionemos determinadas zonas, como el cuello o el abdomen, para asegurarnos de que no hay bultos ni otros problemas. Además, podemos evaluar aspectos como las articulaciones, los reflejos y el equilibrio.

Su historial médico

También aprovechamos esta ocasión para revisar su historial médico. Le preguntamos sobre cualquier cambio que se haya producido en su salud o en sus hábitos. Es importante ser honesto sobre cosas como el consumo de alcohol, tabaco y drogas, la depresión y los problemas de salud sexual. Hablar de estos temas puede resultar incómodo. Sin embargo, el papel de su proveedor de atención médica es darle buenos consejos médicos para que pueda estar lo más sano posible.

Conclusión

Si usted es una persona que en general goza de buena salud, puede ser fácil olvidarse de realizar el examen físico anual. Pero no lo omita. La información que obtenemos de sus exámenes físicos nos ayuda a confeccionar un historial de salud con el que sabremos cómo atenderle cuando esté enfermo. Para obtener más información, hable con su médico.