

Preguntas frecuentes

¿Por qué necesito hacerme esta revisión si yo me encuentro bien?

La revisión médica de la NHS le ayudará a identificar los riesgos potenciales a tiempo. Con solo hacerse esta revisión médica y seguir los consejos de su profesional sanitario, mejorará sus posibilidades de disfrutar de una vida sana.

¿Pero estas enfermedades no son hereditarias?

Si en su familia hay antecedentes de afecciones cardíacas, apoplejías, diabetes tipo 2 o afecciones renales, el riesgo de desarrollar alguna de estas afecciones es mayor en su caso. Tomar ahora las medidas necesarias puede ayudarle a prevenir el inicio de estas afecciones.

Ya sé lo que hago mal. ¿Cómo puede ayudarme un profesional sanitario?

Si usted lo desea, le ayudaremos a encontrar la forma de comer sano, de alcanzar un peso saludable, de ser más activo, de reducir el consumo de alcohol o de dejar de fumar.

Si, como resultado de la evaluación, se determina que corro "un riesgo bajo", ¿significa que no voy a desarrollar dichas enfermedades?

Es imposible saber si alguien va a desarrollar o no alguna de estas afecciones. No obstante, tomar medidas preventivas ahora puede ayudarle a reducir el riesgo potencial.

¿Todo el mundo se hará esta revisión médica?

Esta revisión forma parte de un programa nacional orientado a ayudar a prevenir el inicio de estos problemas de salud. Todas las personas con edades comprendidas entre los 40 y los 74 años a las que no se les haya diagnosticado estas enfermedades pueden hacerse esta revisión una vez cada cinco años. Si está usted fuera de este rango de edad y le preocupa su salud, deberá ponerse en contacto con su médico de cabecera.

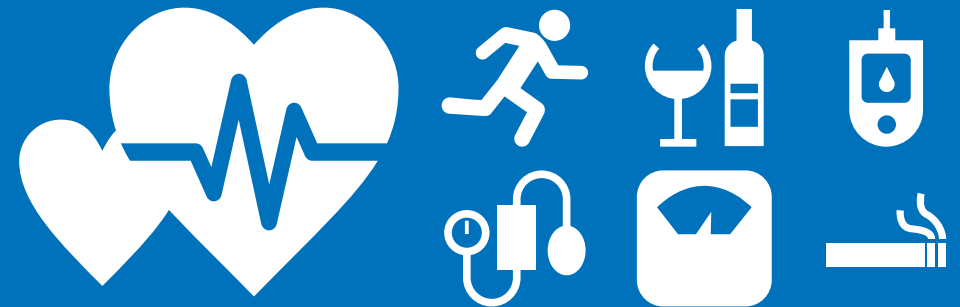
Puede encontrar más información en www.nhs.uk/nhshealthcheck

¿Tiene entre 40 y 74 años?

Descubra la revisión médica **GRATUITA** del Servicio Nacional de Salud (NHS)

Aunque se sienta en excelente estado de salud, si tiene más de 40 años puede estar en riesgo de desarrollar enfermedades cardíacas o renales, accidentes cerebrovasculares, diabetes o demencia.

La revisión médica GRATUITA de la NHS puede ayudarle a reducir estos riesgos y a seguir manteniéndose en buen estado de salud.



REVISIÓN MÉDICA GRATUITA DE LA NHS

Le ayuda a prevenir:

Diabetes;
enfermedades cardíacas;
enfermedades renales;
accidentes cerebrovasculares y demencia.

www.nhs.uk/nhshealthcheck

Folleto elaborado por Public Health England

Trabajamos juntos para mejorar su salud

Todos estamos expuestos al riesgo de desarrollar afecciones cardíacas, apoplejías, diabetes, afecciones renales y ciertos tipos de demencia. La buena noticia es que, a menudo, estas afecciones y enfermedades pueden prevenirse, incluso si se trata de enfermedades presentes en su familia. Al hacerse la revisión médica gratuita de la NHS, podrá prepararse mejor para el futuro y podrá tomar las medidas necesarias para mantener su buen estado de salud o para mejorarlo.

¿Por qué necesito hacerme una revisión médica de la NHS?

Sabemos que el riesgo de desarrollar afecciones cardíacas, apoplejías, diabetes de tipo 2, afecciones renales y demencia aumenta con la edad. También existen ciertos factores que aumentarán su nivel de riesgo.

Estos factores son:

- El exceso de peso.
- La falta de actividad física.
- Una dieta poco saludable.
- Fumar.
- El consumo excesivo de alcohol.
- La hipertensión.
- El alto nivel de colesterol.

Tanto los hombres como las mujeres pueden desarrollar estas enfermedades y afecciones, y la aparición de una de ellas puede incrementar el riesgo de sufrir otras en el futuro.

- El bloqueo de una arteria o un derrame cerebral podría causar una apoplejía.

- La obstrucción de una arteria en el corazón puede causar un ataque al corazón o una angina.
- Los riñones pueden verse afectados por la presión alta de la sangre o por la diabetes y causar una afección renal crónica e incrementar el riesgo de sufrir un ataque al corazón.
- El exceso de peso y la inactividad física pueden hacer que desarrolle la diabetes tipo 2.
- En caso de no diagnosticarse o de no tratarse adecuadamente, la diabetes tipo 2 puede aumentar el riesgo de sufrir otros problemas importantes de salud, entre los que se incluyen algunas afecciones cardíacas, las enfermedades renales y las apoplejías.

¿Hay algo de lo que deba preocuparme?

La revisión médica de la NHS puede ayudarle a reducir las posibilidades de desarrollar ciertas enfermedades y, por eso, muchas personas consideran que es un beneficio. Sin embargo, es usted quien decide si hacerse o no esta revisión médica gratuita de la NHS. Puede que a algunas

Aunque se encuentre bien, merece la pena hacerse lo antes posible la revisión médica de la NHS. A partir de ahí, podremos ayudarle a reducir el riesgo de desarrollar estos trastornos de salud en el futuro.

personas les preocupe esta revisión y el impacto que puedan tener los resultados en su estilo de vida. Si hay algo que le preocupa, puede comunicarlo cuando acuda a la revisión médica.

¿Cómo es la revisión?

El objetivo de esta revisión es evaluar el riesgo que usted pueda tener de desarrollar afecciones cardíacas, diabetes tipo 2, afecciones renales y apoplejías.

- La revisión durará unos 20–30 minutos.
- Le haremos preguntas muy sencillas. Algunas pueden ser, por ejemplo, sobre su historial familiar o sobre ciertos aspectos que pueden poner su salud en peligro.
- Tomaremos nota de su altura, peso, edad, sexo y origen étnico.
- Le comprobaremos la presión sanguínea y el colesterol.

¿Qué sucede después de la revisión?

Hablaremos sobre qué puede hacer para reducir los riesgos y sobre cómo llevar un estilo de vida saludable.

- Le enseñaremos los resultados de la revisión y le explicaremos su situación. A algunas personas podría pedirles que volvieran más adelante a recoger los resultados.
- Le daremos consejos personalizados para reducir el riesgo de desarrollar estas enfermedades y para ayudarle a llevar un estilo de vida saludable.
- Algunas personas con presión sanguínea alta también se someterán a pruebas renales a través de un análisis de sangre.
- Otras personas podrían necesitar hacerse otro análisis de sangre para comprobar si han desarrollado o no la diabetes tipo 2. Su médico le informará al respecto con mayor detalle.
- Puede que se le inicie un tratamiento o se le recete medicación para ayudarle a mantener una buena salud.