



# ¿Vas al médico cuando te duele algo o eres más de revisiones preventivas?

Solo 3 de cada 10 personas se hacen los chequeos médicos que se necesitan. Las mujeres son más propicias a vigilarse la salud.



larazon.es. Madrid. 16/5/2018

**E**l cuidado de la salud es un aspecto cada vez más importante para los españoles. Los programas matutinos en TV dedicados a la salud han cedido el paso a las nuevas tecnologías, aplicaciones y herramientas online dirigidas a la difusión y el control del bienestar. Como consecuencia, la sociedad está desarrollando una mayor conciencia sobre la necesidad de mantenerse en forma y llevar un correcto seguimiento del estado físico personal. Para el análisis de cómo se lleva a cabo ese control, **Top Doctors.es®**, plataforma online para encontrar y contactar con los mejores especialistas médicos de la sanidad privada, auditados y certificados por el proceso de selección de doctores más riguroso del mundo, ha realizado una encuesta sobre los hábitos en torno a los chequeos médicos y solicitud de cita médica, a una muestra de 630 personas de toda España.



A pesar de lo difícil que puede llegar a ser obtener un hueco en el día a día para ir al médico, según los datos del estudio, de cada 10 personas, 3 aseguran realizarse puntualmente todos los chequeos médicos necesarios, 4 se hacen los más



### No sabemos qué revisiones hay que hacerse y nos da pereza pedir cita médica

Aunque un amplio 80% confía en el valor preventivo de las revisiones médicas, el desconocimiento de los tipos de controles médicos que son necesarios realizarse de manera periódica es grande. De hecho, hasta un 66% de las personas cree que no se hace todos los que debería, es decir, solamente 3 de cada 10 asegura conocer y estar totalmente al día con los chequeos y pedir las citas con el médico necesarias. Además, 6 de cada 10 encuestados cree que las revisiones médicas deben hacerse siempre, sin importar la condición física ni la edad, mientras que 4 de ellos consideran que los chequeos periódicos son necesarios solamente si tienes determinada patología o edad.

Entre los principales frenos para acudir al médico estarían, según el estudio, el largo proceso de pedir cita médica y cerrarla (23,17%), la pérdida de tiempo que suponen estas medidas de prevención frente a la falta de sensación de urgencia o necesidad médica (15,85%), el olvido (13,62%) y la falta de información sobre a los especialistas que se tiene que acudir (8,13%). Tras preguntarles, hasta un 20% de los encuestados confiesa haber faltado, cancelado o pospuesto una cita con el médico más de tres veces. Hasta un 40% alterna seguridad social y medicina privada al realizarse revisiones, dependiendo del tipo de control que tenga que hacerse.

### Chequeos médicos más habituales entre los españoles

Tanto los hombres como las mujeres se preocupan por igual de llevar un control periódico de su salud, y por ello, piden cita con el médico de manera recurrente para la realización de sus chequeos. Según el estudio, las distintas revisiones que se realizan los españoles por género son:

Hombres

Mujeres





Guía de revisiones médicas que hay que hacerse en función de la edad, y su frecuencia

Para facilitar a los pacientes la gestión de sus revisiones médicas, los expertos de Top Doctors han elaborado un listado de los principales chequeos médicos que hay que hacerse en función de la edad, así como la frecuencia de cada una.

**Visión.** En palabras de la **La Dra. Angélica Urda, de Magna Clinic Marbella** y miembro de Top Doctors, “deberíamos realizarnos revisiones anuales desde el inicio de la escolarización”. El control de la capacidad visual debe hacerse anualmente independientemente de la edad, salvo que haya que variar la frecuencia por prescripción médica.

**Dental:** “no hay diferencia en los periodos de revisión por franja de edad, todo el mundo debe hacerse revisiones anuales. En el caso de los niños, durante la época del recambio dental, deben acudir al dentista cada 6 meses y cada 3 meses si siguen el programa de prevención de caries” asegura la **Ana Antiñolo**, especialista en **Odontología en Clínica Den** y miembro de Top Doctors. “El odontólogo, en el chequeo anual debe revisar el índice de placa, la higiene bucodental, la presencia de patologías y debería también controlar la oclusión dental, cauda de trastornos de dolor craneofacial así como del desgaste y deterioro de la dentición”

**Colesterol:** Los especialistas recomiendan hacer chequeos anuales a partir de los 18 años para controlar los índices de colesterol, salvo criterio médico.

**Colorrectal:** Se deben hacer revisiones anuales a partir de los 40 años o incluso antes si hubiera antecedentes familiares o algún tipo de patología.

**Ginecología y urología.** Según el **Gorka Barrenetxa**, director médico del centro Reproducción Bilbao, que “hombres y mujeres deben realizarse revisiones de ginecología y urología al inicio de la vida sexual activa. Pero además, deben añadirse revisiones anuales de próstata o mamografías respectivamente a partir de los 40 años”.

**Dermatología:** “Las personas de entre los 20 y 35 años son las que más acuden a consulta a revisarse los lunares, también denominados nevus, para controlar la aparición de un posible melanoma maligno. También acuden con frecuencia quienes han abusado del sol a lo largo de su vida para controlar por el mismo motivo. En la infancia este tipo de chequeos los lleva a cabo el pediatra y acuden al especialista en casos puntuales en los que éste pueda tener alguna duda”.

**Valdés**, especialista en dermatología clínica y laserterapia en el Hospital Unive





Los expertos inciden en que lo más importante es llevar a control periódico de los distintos chequeos para el control, prevención y posible detección de diferentes patologías.

