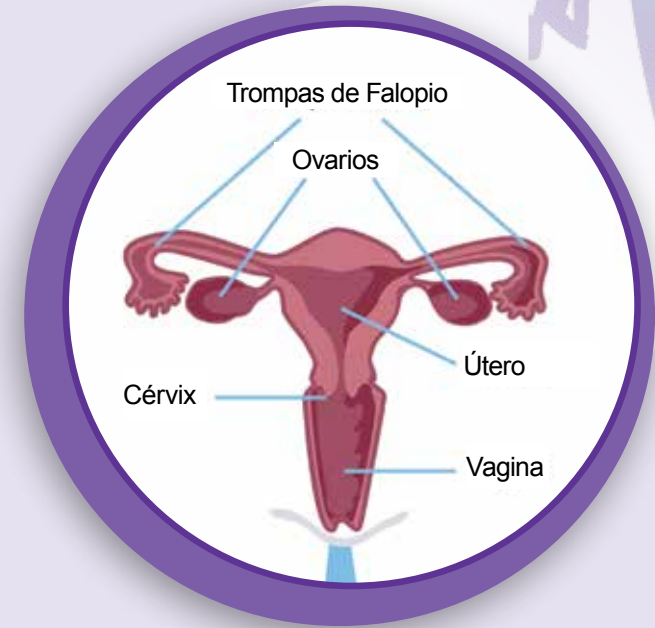


¿Cómo puedo obtener una evaluación?

El cáncer cervical es uno de los cánceres más fáciles de prevenir a través de evaluaciones habituales. La **prueba de Papanicolaou** es una evaluación para detectar el cáncer cervical. Esta evaluación puede detectar células anormales en el cuello uterino que pueden resultar en cáncer. Si se detecta un problema precozmente, puede tratarse exitosamente. La evaluación de VPH se puede realizar al mismo tiempo que la prueba de Papanicolaou. La evaluación de VPH analiza las muestras de células para detectar el VPH.

CalOptima cubre el costo de la prueba de Papanicolaou. ¡Por favor hable con su médico sobre la vacuna contra el VPH disponible sin costo a usted!



CalOptima es su socio en el cuidado de su salud. *Healthy You* es nuestro programa diseñado para motivarlo a usted y a su familia a estar sanos y apoyarlo a obtener el cuidado que necesita. Si tiene preguntas sobre el programa *Healthy You*, por favor llame a CalOptima al **1-714-246-8500** o gratuitamente al **1-888-587-8088**. Usuarios de la línea TDD/TTY pueden llamar al **1-800-735-2929**. También puede visitar nuestra página de Internet www.caloptima.org.

Todas las fotografías incluidas en este documento son ejemplares y se usan únicamente con fines ilustrativos.



¿Ha sido evaluada para detectar el cáncer cervical?

Healthy You
Putting Your Health First



¿Qué es el cáncer cervical?

El cáncer cervical es un cáncer que se encuentra en el cuello uterino. El cuello uterino es la estructura en la apertura del útero (matriz). El útero es la parte donde crece el bebé cuando una mujer está embarazada.

El virus del papiloma humano (VPH) es la causa principal del cáncer cervical. El VPH es la infección de transmisión sexual más común en los Estados Unidos según los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés). Si tiene VPH, no está sola. Es común que el 80% de las mujeres contraigan el VPH en algún momento de sus vidas.

¿Cómo obtengo la prueba de Papanicolaou?

- Programe una cita con su médico general u obstetra/ ginecólogo.
- Programe la prueba para cuando no esté menstruando (en su regla).
- No tenga relaciones sexuales dos días antes de la prueba de Papanicolaou. No use tampones, aplique lavados vaginales ni utilice cualquier tipo de medicamentos, cremas o aerosoles vaginales. Éstos podrían causar resultados incorrectos.

¿Qué sucede durante la prueba de Papanicolaou?

Necesitará acostarse en una mesa de examen y su médico le introducirá un instrumento en la vagina llamado espéculo. Esto abre las paredes de la cavidad vaginal para que su médico examine el cuello uterino. Después, el médico tomará una muestra de las células del cuello uterino utilizando un hisopo.

Se envía la muestra de las células al laboratorio para ser analizada. Una vez que los resultados estén listos, su médico se comunicará con usted para informarle los resultados.

¿Quién debe obtener la prueba de Papanicolaou?

La mayoría de las mujeres entre 21 y 65 años de edad necesitan obtener la prueba de Papanicolaou, sin importar si han tenido relaciones sexuales o no. Si es mayor de 65 años de edad, pregúntele a su médico si puede dejar de obtener la prueba.

¿Qué tan seguido debo obtener la prueba de Papanicolaou?

¡Las pruebas de Papanicolaou de rutina son muy importantes! Por favor hable con su médico para averiguar qué tan seguido necesita la prueba de Papanicolaou. Algunas mujeres necesitan ser evaluadas con más frecuencia.

¿Necesito obtener la prueba de Papanicolaou aun si...

	Sí
nadie de mi familia ha contraído cáncer cervical?	✓
mi obtenido la vacuna del VPH?	✓
solamente tengo una pareja?	✓
no estoy teniendo relaciones sexuales?	✓

¿Sabía que...?

- El cáncer cervical es una enfermedad que se presenta en mujeres de cualquier grupo étnico.
- Cada año, aproximadamente 13,000 mujeres en los Estados Unidos contraen el cáncer cervical.
- Cada año, aproximadamente **4,100** mujeres mueren en los Estados Unidos a causa del cáncer cervical.

Inquietudes comunes sobre las pruebas de Papanicolaou

- **“Tengo miedo.”** Es normal que se sienta un poco incómoda. Trate de relajarse. Así se podrá sentir más cómoda. Hable con su médico sobre cualquier inquietud que tenga sobre el proceso de la prueba.
- **“Será doloroso.”** Es cierto que no es placentero obtener una prueba de Papanicolaou. Pero lo bueno es que la prueba es rápida y sencilla. También puede pedirle a su médico que utilice el espéculo más pequeño para disminuir la incomodidad. Para la mayoría de las mujeres el dolor o la incomodidad es mínima y desaparece después del procedimiento.
- **“Soy tímida y me da vergüenza.”** Entendemos que esta prueba trata una parte muy privada del cuerpo de la cual la mayoría de las mujeres no están acostumbradas a hablar. Es muy valiente que una mujer le pida a su médico que le realice la prueba de Papanicolaou. Su salud es importante y por eso la animamos a que no tenga miedo y obtenga la atención médica que necesita.
- **“Me siento bien.”** Es posible que el cáncer cervical no muestre síntomas de inmediato. Muchas mujeres no saben que lo tienen hasta que el cáncer se ha extendido. Por eso es importante obtener evaluaciones habituales y no esperar hasta que tenga síntomas. Las pruebas de Papanicolaou pueden ayudar a detectar problemas precozmente para que así tenga la mejor oportunidad de recibir ayuda de prevención y tratamiento.

¿Cómo puedo protegerme?

- Acuda a todas sus citas con el médico.
- Obtenga la vacuna VPH si su médico le dice que la necesita. CalOptima cubre el costo de la vacuna VPH.
- Hable con su médico para averiguar con qué frecuencia necesita la prueba de Papanicolaou.
- Limite el número de parejas sexuales.
- Use condones cada vez que tenga relaciones sexuales.
- Si fuma, colabore con su médico para dejar de fumar.
- ¡Pase la voz! Dígalos a sus seres queridos sobre cómo las evaluaciones habituales pueden ayudarles a que se mantengan sanos.

