



### **¿Qué es el Día Nacional del Examen Femenino?**

El Día Nacional del Examen Femenino es un esfuerzo a nivel nacional coordinado por la Oficina para la Salud de la Mujer del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos dirigido a:

- Alentar a las mujeres a que visiten a su profesional de la salud para recibir o programar un examen médico.
- Promover que las mujeres se hagan exámenes médicos con regularidad como algo vital para la detección temprana de enfermedades cardíacas, mentales, de transmisión sexual, diabetes, cáncer y otras afecciones médicas.

### **¿Cuándo es la Semana Nacional de la Salud Femenina?**

El decimocuarto aniversario de la Semana Nacional de la Salud Femenina empezará el Día de la Madre, 12 de mayo del 2013, y culminará el 18 de mayo del 2013. El Día Nacional del Examen Femenino es el día lunes, 13 de mayo del 2013.

### **¿Por qué celebrar la Semana Nacional de la Salud Femenina?**

Todos nosotros desempeñamos un papel en la salud de la mujer. Generalmente las mujeres suelen ser quienes cuidan a sus familias, anteponiendo las necesidades de sus cónyuges, compañeros, hijos y padres a las suyas; teniendo como resultado el descuido de su propia salud y bienestar. Como comunidad, tenemos la responsabilidad de apoyar a las mujeres que conocemos y que son importantes para nosotros y de ayudarlas a tomar medidas adecuadas para que disfruten de una vida larga, saludable y feliz.

- Las pruebas de detección, como la mamografía y el Papanicolaou, pueden diagnosticar enfermedades a tiempo, cuando son más fáciles de tratar. Gracias a la Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio las mujeres ya pueden recibir este tipo de pruebas preventivas sin copago.
- Las pruebas de detección y exámenes médicos pueden reducir los riesgos de varias enfermedades, incluyendo las enfermedades del corazón.

### **¿Cómo pueden participar las mujeres en este evento importante?**

Las mujeres pueden participar en el Día Nacional del Examen Femenino:

- Haciendo una cita médica con su profesional de la salud para programar exámenes médicos y recibir pruebas de detección durante el Día Nacional del Examen Femenino.
- Hablando con su profesional de la salud acerca de cuáles son las pruebas más adecuadas para ellas, cuándo se deben hacer esas pruebas, y con qué frecuencia.
- Averiguando qué tipos de pruebas e inmunizaciones necesitan y a qué edad.
- Revisando la lista de los 22 servicios preventivos para las mujeres cubiertos por la Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio.

- Tomando la decisión de participar en el Día Nacional del Examen Femenino y comprometiéndose a programar por lo menos una prueba de salud preventiva durante el mes de mayo del 2013.

Para más información de cómo participar en el Día Nacional del Examen Femenino y otras actividades de la Semana Nacional de la Salud Femenina, visite el sitio web de la Semana Nacional de la Salud Femenina en [www.womenshealth.gov/nwhw/](http://www.womenshealth.gov/nwhw/) (en inglés) o llame al 525-323-5227 a Ana Coppola en el Departamento de Salud del Condado de Polk.