HAMBOORG.CITY

Plataforma gratuita para extranjeros en Alemania

✓ Asistente 24/7 en tu idioma
✓ Escáner de documentos oficiales
✓ Recordatorios de plazos
✓ Calculadoras de prestaciones

hamboorg.city — es y será GRATUITO

Vorsorgeuntersuchungen — Chequeos de salud gratuitos en Alemania

Qué Vorsorgeuntersuchungen cubre el seguro médico, cuándo debe ir y por qué la detección temprana puede salvar vidas.

Deutsche Begriffe: Vorsorgeuntersuchung | Gesundheitscheck | Krebsvorsorge | Check-up | Früherkennung | U-Untersuchung

---

¿Por qué la prevención?

Vorsorgeuntersuchungen (también llamadas exámenes de detección temprana) ayudan a reconocer enfermedades **temprano** — a menudo antes de que aparezcan síntomas. Muchas enfermedades (como cáncer, diabetes, presión arterial alta) son **más tratables en etapas tempranas**.

En Alemania, muchas Vorsorgeuntersuchungen son **cubiertas completamente por el seguro médico** — usted **no tiene que pagar nada**. Sin embargo, muchas personas no asisten a revisiones — ¡un gran error!

Prevención para adultos

Gesundheits-Check-up (a partir de 35 años)

• **Cada 3 años** a partir de los 35 (entre 18 y 35: una sola vez)

• **Gratuito** (prestación del seguro)

• **¿Qué se realiza?**

• Examen de cuerpo completo

• Medición de presión arterial

• Análisis de sangre (colesterol, glucosa en sangre, valores renales)
• Análisis de orina
• Cribado de hepatitis B y C (una sola vez a partir de los 35)
• Asesoramiento sobre factores de riesgo (tabaquismo, sobrepeso, sedentarismo)

Cribado de cáncer de piel (a partir de 35 años)

• **Cada 2 años** a partir de los 35
• **Gratuito** (prestación del seguro)
• El médico examina **toda la piel** en busca de lunares sospechosos y cambios
• En dermatólogo o médico de cabecera (con cualificación)

Prevención dental (todos los grupos de edad)

• **2× al año** — examen de control en el dentista
• **1× al año** — eliminación de sarro
• **Gratuito** (prestación del seguro)
• **Libreta de bonificación** — ¡aumenta el subsidio para prótesis dentales!

Cribado de cáncer

Para mujeres

Edad	Examen	Frecuencia
A partir de 20	Citología cervical (prueba Pap)	Anual (20–34: citología; a partir de 35: cada 3 años combinada con prueba de VPH)
A partir de 30	Examen de mamas (palpación)	Anual
A partir de 50	Mamografía (cribado de cáncer de mama)	Cada 2 años (50–75)
A partir de 50	Prevención de cáncer colorrectal (prueba de heces)	Anual (50–54), después cada 2 años o colonoscopia
A partir de 55	Colonoscopia	2× con intervalo de 10 años

Para hombres

Edad	Examen	Frecuencia
A partir de 45	Examen de próstata/genital	Anual
A partir de 50	Prevención de cáncer colorrectal (prueba de heces)	Cada 2 años o colonoscopia a partir de 50
A partir de 50	Colonoscopia	2× con intervalo de 10 años
A partir de 65	Cribado de aneurisma aórtico abdominal	Una sola vez (ecografía)

Para todos

Edad	Examen	Frecuencia
A partir de 35	Cribado de cáncer de piel	Cada 2 años
A partir de 35	Gesundheits-Check-up	Cada 3 años
A partir de 50	Prevención de cáncer colorrectal	Anual/cada 2 años (prueba de heces)

Prevención para niños (U-Untersuchungen)

Las **U-Untersuchungen** (U1 a U9 y J1/J2) son el **programa de prevención más importante** para niños:

Examen	Edad	¿Qué se verifica?
U1	Inmediatamente después del nacimiento	Signos vitales, reflejos, malformaciones
U2	Días 3–10 de vida	Funciones de órganos, cribado metabólico, prueba auditiva
U3	Semanas 4–5 de vida	Ecografía de cadera, reflejos, peso
U4	Meses 3–4	Motricidad, visión, audición, vacunas
U5	Meses 6–7	Motricidad, agarre, giro, interacción
U6	Meses 10–12	Estar de pie, primeras palabras, vacunas
U7	Meses 21–24	Lenguaje, caminar, comportamiento social

Examen	Edad	¿Qué se verifica?
U7a	Meses 34–36	Lenguaje, visión, alergias
U8	Meses 46–48	Motricidad fina, lenguaje, comportamiento social
U9	Meses 60–64	Preparación escolar, lenguaje, coordinación
J1	Años 12–14	Desarrollo puberal, vacunas, salud mental
J2	Años 16–17	Desarrollo, orientación profesional, comportamiento de salud

¿Son obligatorias las U-Untersuchungen?

• En **Baviera, Hesse y Baden-Württemberg** son **obligatorias** — si se incumplen, se notifica a la oficina de bienestar infantil

• En otros estados federales: **altamente recomendadas**, pero no obligatorias por ley

• Todos los exámenes U son **gratuitos** (prestación del seguro)

Vacunas — lo que se recomienda

La **Comisión Permanente de Vacunación (STIKO)** recomienda las siguientes vacunas para adultos:

Vacuna	¿Para quién?	Refuerzo
Tétanos	Todos	Cada 10 años
Difteria	Todos	Cada 10 años
Tosferina	Todos (una sola vez como adulto)	Una sola vez
Gripe (Influenza)	A partir de 60, enfermos crónicos, embarazadas	Anual
COVID-19	Todos (la recomendación varía)	Según recomendación de STIKO
Neumonía (Pneumococo)	A partir de 60 o con enfermedades previas	Una sola vez
Culebrilla (Herpes Zóster)	A partir de 60 (a partir de 50 con enfermedades previas)	2 dosis

Costos: Las vacunas recomendadas son **gratuitas** (prestación del seguro). Las vacunas de viaje a menudo **no** se cubren (algunas aseguradoras las reembolsan voluntariamente).

Prevención del embarazo

Las mujeres embarazadas tienen derecho a una prevención integral:

• **10–12 exámenes prenatales** durante el embarazo

• **3 ecografías** (alrededor de las semanas 10, 20 y 30 de embarazo)

• **Análisis de sangre** (grupo sanguíneo, rubéola, VIH, hepatitis)

• **Libreta materna** — documenta todos los exámenes

• Todo **gratuito** (prestación del seguro)

Costos — ¿qué cubre el seguro y qué no?

Gratuito (prestación del seguro)

• Todos los exámenes de prevención mencionados anteriormente

• U-Untersuchungen para niños

• Vacunas recomendadas

• Prevención del embarazo

• Cribado de cáncer

De pago (IGeL — Prestaciones Sanitarias Individuales)

Algunos médicos ofrecen exámenes **adicionales** que usted debe pagar:

• **Prueba de PSA** (cáncer de próstata) — aprox. 25–50 € (beneficio controvertido)

• **Ecografías adicionales**

• **Medición de presión intraocular** (prevención del glaucoma) — aprox. 20–40 €

• **Análisis de sangre adicionales** (vitaminas, tiroides)

Consejo: Pregunte siempre si un examen es **prestación del seguro** o **IGeL** antes de aceptar. No se deje presionar para exámenes de pago.

Consejos para extranjeros

1. Libreta amarilla para niños — reciba el libreta de prevención en la U1, llévela a cada examen

2. Libreta de bonificación en el dentista — hágala sellar desde el primer día en Alemania

3. Llevar la cartilla de vacunación — si tiene una de su país de origen, el médico puede completar las vacunas faltantes

4. Concertar citas — asistir a prevención incluso sin molestias

5. No posponga el cribado de cáncer — puede salvarle la vida

6. Todos los exámenes son confidenciales — el médico tiene obligación de secreto

---

hamboorg.city/knowledge/article/vorsorgeuntersuchungen/
hamboorg.city jest i zawsze będzie za darmo