

# El cuidado de los hombres entre 18 y 34 años



## Asegúrese de que su doctor conozca:

- Su historia médica, incluyendo enfermedades, tratamientos, y otras operaciones que haya tenido, así como enfermedades y condiciones que existen en su familia.
- Todas las medicinas que usted toma, incluyendo vitaminas, suplementos y hierbas.

## Hable sobre el cuidado que pueda necesitar:

- Exámenes médicos periódicos
- Vacunas (inmunizaciones)
- Ayuda para la depresión o el estrés u otros problemas de salud mental
- Ayuda para dejar de fumar
- Ayuda para controlar el consumo del alcohol
- Otros: \_\_\_\_\_

## Pregunte sobre las pruebas de detección que pueda necesitar:

- Presión sanguínea
- Colesterol
- Examen de próstata
- Pruebas de laboratorio basadas en riesgos de la salud
- STDs (exámenes de transmisión sexual) y HIV (SIDA)
- Otras pruebas: \_\_\_\_\_

## Infórmese sobre estas preocupaciones comunes:

- Salud sexual
- Aumento de peso y dieta
- Falta de ejercicio o lesiones causadas por el ejercicio
- Dolor de espalda
- Hernia
- Otros: \_\_\_\_\_

## Discuta cualquier otro tema que le preocupe:

- Problemas para comunicarse con su cónyuge o su pareja
- Problemas para comunicarse o educar a sus hijos
- Coraje o violencia en el hogar o en el trabajo
- Otros: \_\_\_\_\_