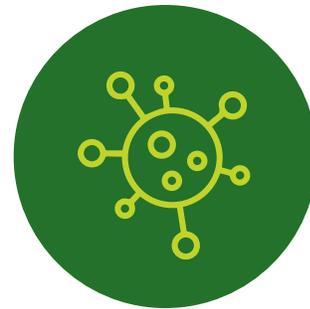


Consejos Para Comprender las Pruebas de Bienestar



¿Qué son las pruebas de bienestar?

Antes de participar en las pruebas de bienestar, ¡es importante saber qué son las pruebas de bienestar! Las pruebas de bienestar son un conjunto de pruebas de laboratorio que se completan para darte una imagen clara de tu salud en general.¹



¿Por qué son importantes las pruebas de bienestar¹?

Las pruebas de bienestar son importantes porque te ayudan a cuidar tu riesgo de contraer enfermedades y otros problemas de salud que pueden tener un gran impacto en tu vida y la de tus seres queridos. Incluso si no te sientes enfermo o tienes algún síntoma, es importante hacerte pruebas de bienestar anualmente para realizar un seguimiento de tu salud y cuidar cualquier complicación de salud que puedas tener. Cuando entiendes cómo está tu salud en general, estás capacitado para tomar decisiones informadas sobre tu estilo de vida.



¿Qué va incluido en las pruebas de bienestar?¹

Las pruebas de bienestar incluyen un análisis de sangre para medir el colesterol y el azúcar en sangre, pero también puedes incluir pruebas más avanzadas si sufres una complicación de salud o estas teniendo síntomas de una complicación de salud.



¿Qué tengo que hacer después de la prueba de bienestar?²

Después de que hayas completado tu prueba de bienestar y recibas tus resultados, habla con tu proveedor de servicios médicos sobre que significan los resultados y si debes estar al tanto de cualquier problema de salud.



¿Qué tengo que hacer antes de la prueba de bienestar?²

Asegúrate de seguir las instrucciones especiales antes de hacerte la prueba de bienestar. Por ejemplo, ¿necesitas ayunar antes de hacerte la prueba? Si es así, trae un snack y agua para después de hacerte la prueba.

Visita [QuestDiagnostics.com](https://www.questdiagnostics.com) para programar tus pruebas de diagnóstico y mantenerte al tanto de su bienestar.



¹Biometric Screenings. Quest Diagnostics website. Accessed October 7, 2021. <https://www.questforhealth.com/consider-this/biometric-screenings>.

²Why get tested? Quest Diagnostics website. Accessed October 7, 2021. <https://www.questdiagnostics.com/home/patients/about-testing/why-get-tested>.