

## Il catalogo di prevenzione

Di seguito trova il catalogo completo e dettagliato delle misure di prevenzione incluse nel piano sanitario VIVA.

Si tratta di prestazioni di prevenzione volte a ridurre o minimizzare gli effetti di una malattia o di un problema di salute per tutti i membri VIVA. Per i membri VIVA le prestazioni di prevenzione sono gratuite se svolte presso il medico di famiglia VIVA; si basano sulla valutazione dello stato di salute personale e vengono raccomandate d'intesa con il medico di famiglia VIVA.

Prestazione di prevenzione	Frequenza	Quadro di riferimento per l'assunzione dei costi a carico del prodotto assicurativo VIVA
<b>Consultazione</b> di prevenzione annuale con il Suo medico di famiglia VIVA	Ogni anno	30 minuti, incluso il tempo di coordinamento con i gestori sanitari
<b>Esami del sangue</b> Emocromo semplice, creatinina, Na <sup>+</sup> /K <sup>+</sup> , test epatici (GPT, ALP, GGT), glicemia a digiuno, bilancio lipidico (colesterolo totale, LDL, HDL, trigliceridi)	Ogni 2 anni	
<b>Esami del sangue complementari</b> Ferritina (donne in età fertile), PSA (uomini), Hb1ac	Ogni 2 anni	
<b>Screening per infezioni e malattie</b> HIV, sifilide, clamidia e gonorrea, epatite B, epatite C	In base ai fattori di rischio / Ogni 2 anni	
<b>Vaccinazioni</b> FSME in base al Cantone	In base al calendario vaccinale svizzero UFSP	
<b>Pillola contraccettiva</b> (donne dai 14 ai 50 anni) Levina 20 (0,10 mg di levonorgestrel, 0,2 mg di etinilestradiolo), Levina 30 (0,15 mg di levonorgestrel, 0,3 mg di etinilestradiolo), Desonur 0,075 mg (desogestrel 0,75 mg)	In base alla prescrizione del medico. Gratuita solo nell'ambito della copertura assicurativa VIVA	

Prestazione di prevenzione	Frequenza	Quadro di riferimento per l'assunzione dei costi a carico del prodotto assicurativo VIVA
<b>Prestazioni di consulenza</b> Tabagismo, alcol, droghe, attività fisica, alimentazione, comportamento sessuale, esposizione solare, direttive del paziente (testamento biologico)	Includere nella consultazione di prevenzione (1° punto in alto) o con un gestore sanitario	
<b>Screening oncologici</b>		
Collo dell'utero (donne dai 20 ai 70 anni)	Ogni 3 anni dai 21 ai 69 anni	
Colon-retto (dai 50 ai 69 anni) È possibile scegliere tra due diversi tipi di esame	Colonscopia ogni 10 anni / Oppure FIT ogni 2 anni	In base al programma cantonale e ai fattori di rischio
Seno	Ogni 2 anni, donne dai 50 ai 75 anni	In base al programma cantonale e ai fattori di rischio
Cancro della pelle	Ogni anno	Presso il medico di famiglia VIVA durante la consultazione di prevenzione
<b>Altri tipi di screening</b>		
Ipertensione, sovrappeso, depressione, violenza domestica		Con il gestore sanitario o il medico durante la consultazione
Densitometria ossea (osteoporosi)	In base ai criteri medici	

Per domande o ulteriori informazioni sul Suo piano di prevenzione, può contattare direttamente il Suo gestore sanitario VIVA allo 0800 225 225 o via e-mail: [gestionnairesante.viva@reseaudelarc.net](mailto:gestionnairesante.viva@reseaudelarc.net) per Réseau de l'Arc e [viva@retesantanna.net](mailto:viva@retesantanna.net) per Rete Sant'Anna.