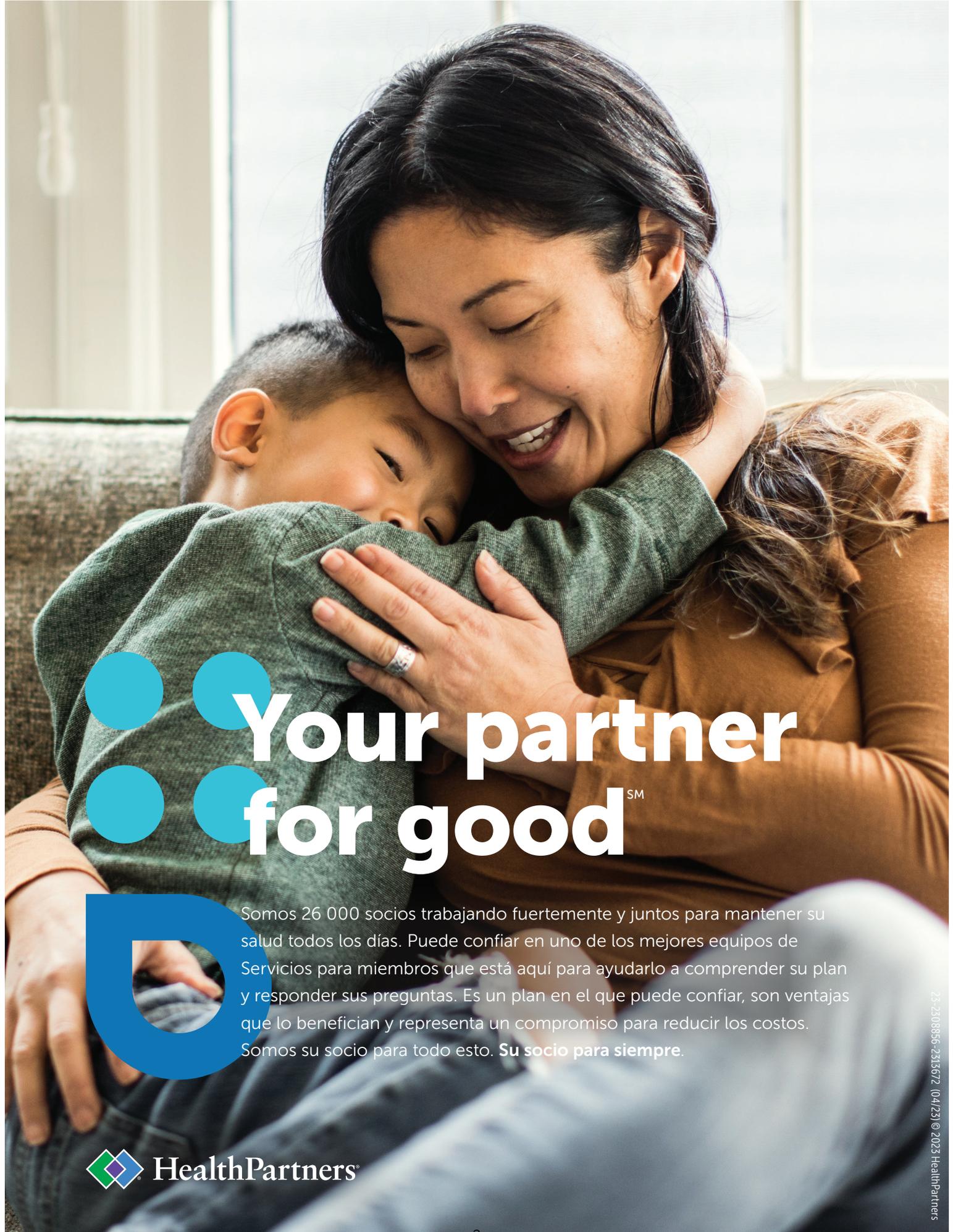




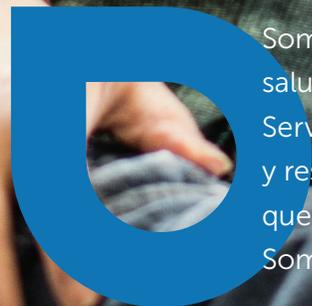
Su plan de salud

Inscripción abierta 2024

Plan médico	3
Apoyo adicional	9



Your partner for goodSM



Somos 26 000 socios trabajando fuertemente y juntos para mantener su salud todos los días. Puede confiar en uno de los mejores equipos de Servicios para miembros que está aquí para ayudarlo a comprender su plan y responder sus preguntas. Es un plan en el que puede confiar, son ventajas que lo benefician y representa un compromiso para reducir los costos. Somos su socio para todo esto. **Su socio para siempre.**

Cómo comenzar

Cuanto más sepa acerca de su plan, más fácil será tomar buenas decisiones en relación con su salud y su bolsillo. Nos complace que confíe en HealthPartners. Aquí tiene algunos consejos.

Qué hacer a continuación

- **Llámenos** si tiene preguntas al **952-883-5000** o al **800-883-2177**
- **Inicie sesión** o cree una cuenta en **healthpartners.com**

Podemos ayudarlo a tomar decisiones con las que se sienta satisfecho.

Comprenda en qué consisten sus costos

Es probable que vea estos términos durante su inscripción y a lo largo del año. Saber de qué manera estos costos interactúan con su plan lo ayudará a evitar cargos inesperados.

- **Prima:** la cantidad que usted paga por su plan, que generalmente se deduce de su cheque de pago.
- **Deducible:** el monto que debe pagar por la atención antes de que su plan lo ayude a cubrir los costos, sin incluir su prima.
- **Copago:** un monto fijo que paga cada vez que visita al médico o se le receta un medicamento.
- **Coseguro:** el porcentaje de la factura que usted pagará. Su plan cubrirá el resto.
- **Gasto máximo de bolsillo:** el monto máximo que pagará por su atención cada año.
- **Resumen de beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC):** documento donde se detallan los costos de beneficios específicos de su plan.

Consulte los servicios adicionales

Su plan de salud hace mucho más que procesar reclamaciones. Continúe leyendo para obtener más información sobre algunos de los servicios, recursos y descuentos que tiene a su disposición para ayudarlo a vivir su mejor vida.

Use su cuenta en línea

Con una cuenta en línea, puede obtener información actualizada de su plan de salud personal en un solo lugar.

- Vea reclamaciones y cuánto adeuda.
- Busque médicos en su red.
- Consulte su deducible o sus gastos máximos de bolsillo.
- Vea su tarjeta de identificación de miembro.
- Obtenga estimaciones de costos para la atención.
- Compare los costos de los medicamentos recetados.
- Administre su salud en cualquier lugar con la aplicación para teléfonos móviles myHP.



Estoy agradecida de haber contado con alguien que me ayudara a comprender mi propio seguro médico. Puedo ayudarlo a revisar su plan ahora, para que esté preparado cuando necesite usarlo más adelante.

Lauren, Servicios para Miembros

Plan de deducible

No tiene excusas para no tener atención preventiva a fin de mantenerse saludable: está cubierta al 100 %.

Lo que deberá pagar

Deducible, luego coseguro

Este plan tiene un deducible. Esta es la cantidad que usted paga por la atención antes de que su plan lo ayude a cubrir sus costos.

Después de eso, su plan compartirá los costos con usted. Eso es lo que se conoce como coseguro. Por ejemplo, podría tener que pagar el 20 % y su plan pagaría el otro 80 %.

Gasto máximo de bolsillo

Una vez que alcanza un límite, llamado su gasto máximo de bolsillo, no paga más: su plan de salud paga toda la atención dentro de la red.

Lo que paga su plan

Este plan de salud paga la totalidad de la atención preventiva dentro de la red, incluso antes de que usted haya pagado el deducible.

Después de que haya llegado a su deducible, su plan aporta dinero para algunas cosas como las siguientes:

- Atención de conveniencia y atención virtual
- Atención de especialistas (sin necesidad de derivaciones)
- Medicamentos recetados

CONSEJO: Hágase su chequeo anual, vacúnese y realícese controles. Están todos cubiertos por su plan.

Cómo obtener más información

- **Consulte los detalles del plan** en su **beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC)** incluido en su material de inscripción.
- **Llámenos** si tiene preguntas al **952-883-5000** o al **800-883-2177**

Plan con copagos/coseguros

Este plan le brinda un copago previsible en la mayoría de los servicios.

Lo que deberá pagar

Copago

Un copago es un monto fijo que usted paga cuando visita al médico o recoge un medicamento recetado. El monto depende del lugar en el que reciba la atención, que podría ser una clínica, un centro de atención de urgencia o una sala de emergencias.

Coseguro

Podría tener que pagar una parte de los servicios que no estén cubiertos por un copago. Por ejemplo, podría tener que pagar el 20 % del costo de una resonancia magnética, y su plan cubriría el 80 % restante.

Gasto máximo de bolsillo

Esto pone un tope a lo que debe pagar durante el año. Una vez que alcanza ese límite, su plan de salud pagará toda la atención dentro de la red.

Su plan lo ayuda a pagar

- Atención preventiva (sin ningún costo para usted)
- Atención de conveniencia y atención virtual
- Atención de especialistas (sin necesidad de derivaciones)
- Medicamentos recetados

Puntos destacados del plan

No le sorprenderá cuánto pagará: sus copago y su máximo de bolsillo se detallan en su tarjeta de identificación de miembro. Además, cuando busca un médico, no necesita remisiones.

CONSEJO: No tendrá que pagar gastos de bolsillo por la atención preventiva dentro de la red. Programe el chequeo anual recomendado, las vacunas y los controles.

Cómo obtener más información

- **Consulte los detalles del plan** en su **beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC)** incluido en su material de inscripción.
- **Llámenos** si tiene preguntas al **952-883-5000** o al **800-883-2177**

Red Open AccessSM

Obtenga el mayor número de opciones de nuestra red más grande.

Elija el médico de su preferencia

Puede consultar a cualquier médico de la red Open Access. Con más de un millón de proveedores de la red y 6000 hospitales, puede visitar a su médico o especialista preferido, a nivel local o nacional. O puede elegir uno de la red, por su cuenta, sin necesidad de derivación.

Cómo obtener más información

- **Consulte los detalles del plan** en su **beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC)** incluido en su material de inscripción.
- **Llámenos** si tiene preguntas al **952-883-5000** o al **800-883-2177**
- **Busque en la red** a su médico o encuentre uno nuevo en **[networkUrl]**

Atención rápida, fácil y asequible

Evite un viaje a la clínica. Reciba tratamiento para afecciones frecuentes desde su teléfono inteligente, tableta o computadora y ahorre tiempo y dinero. Su plan cubre la atención de telemedicina.

Virtuwell®

Su clínica en línea las 24 horas, los 7 días de la semana

Mejore más rápido. Comience su visita en cualquier momento con cualquier dispositivo, sin necesidad de citas, videos ni descargas. Responda algunas preguntas en línea para recibir tratamiento para más de 60 afecciones frecuentes. Los profesionales del personal de enfermería le dan un diagnóstico, un plan de tratamiento y una receta, todo en aproximadamente una hora. Si por cualquier motivo no se le puede tratar, no hay cargo. La atención de seguimiento adicional relacionada con su tratamiento es gratuita.

Utilice su ID de miembro para encontrar su costo, ver las preguntas frecuentes y comenzar en virtuwell.com/cost/healthpartners.

Doctor On Demand

Las videovisitas en vivo con un médico incluyen evaluación, diagnóstico y recetas, además de atención urgente para el resfrío y la gripe, afecciones cutáneas y alergias. Cuando crea una cuenta de socio gratuita, su costo siempre se muestra por adelantado, sin ninguna factura sorpresa más adelante. Regístrese en doctorondemand.com.

Teladoc

Complete un breve historial médico para conectarse con expertos médicos por teléfono, video o aplicación móvil. Ya sea que se trate de una receta enviada a la farmacia de su elección, orientación sobre los próximos pasos o una revisión de una afección preexistente, están listos para ayudar. Comience en teladoc.com.

¿Tiene preguntas sobre los beneficios?

Podemos ayudarlo. Llame a Servicios para Miembros al **952-883-5000** o al **800-883-2177**



La próxima vez que usted esté enfermo, su plan médico tendrá opciones asequibles para ayudarlo a recuperarse más rápido.
Julie, enfermera licenciada, enfermera coordinadora de la atención

Recibir atención hoy para tener un mañana saludable

Evitar los problemas antes de que se produzcan le permitirá disfrutar de las cosas que ama. Su plan de salud cubre el 100 % de la atención preventiva dentro de la red. Usted no paga nada.

¿Tiene preguntas sobre los beneficios?

Podemos ayudarlo. Llame a Servicios para Miembros al **952-883-5000** o al **800-883-2177**

Proteja su salud con visitas de rutina

Incluso aunque no esté enfermo, es una decisión inteligente que usted o su familia asista a controles regulares, evaluaciones y visitas de control de niños. Si hubiera algún problema, se podría detectar de manera temprana, cuando los tratamientos son más efectivos.

La atención preventiva incluye lo siguiente:

- Pruebas de detección para verificar si tiene presión arterial alta, diabetes o colesterol alto
- Exámenes para la detección de cáncer colorrectal, de seno y de cuello de útero
- Atención prenatal y posnatal de rutina
- Vacunas
- Evaluaciones del peso, el alcohol y el tabaco
- ¡Y mucho más!

Visite healthpartners.com/preventive para averiguar qué atención se recomienda para usted.



Siempre aliento a los miembros a que asistan a sus controles. Si alguna vez se pregunta si un servicio cuenta como atención preventiva de rutina, llámenos.

Renaë, Servicios para Miembros

Aproveche al máximo sus medicamentos

Saber cuánto pagará por sus medicamentos es importante. Utilice estas herramientas y estos recursos para entender sus costos y obtener ayuda si su medicamento no es adecuado para usted.

Consulte su formulario

Un formulario, también llamado una lista de fármacos, le indica qué medicamentos cubre su plan de salud y cuánto tendrá que pagar generalmente. También obtendrá información sobre si debe cumplir con algún requisito antes de poder comenzar a usar un medicamento.

Su formulario se denomina PreferredRx.

1. Visite healthpartners.com/preferredrx.
2. Busque por nombre o tipo de medicamento.
3. Use su Resumen de beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC) incluido en su material de inscripción para comprender cómo es la cobertura para cada tipo de medicamento.

Pruebe los medicamentos genéricos

Los medicamentos genéricos son tan seguros y efectivos como los medicamentos de marca, pero cuestan menos. Hable con su médico o farmacéutico acerca de cambiar a un medicamento genérico.

Busque los costos más bajos

Los precios de los medicamentos varían de una farmacia a otra. Compare los precios y vea cuánto gastaría en las diferentes farmacias. Los miembros pueden comenzar con la herramienta de compras con receta en healthpartners.com/pharmacy.

Hable con un Coordinador de farmacia

Con una llamada obtendrá las respuestas a sus preguntas acerca de beneficios, cobertura, costos, formularios y más. Llame al número de teléfono de Servicios para Miembros que figura en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro. Pida hablar con el Coordinador de farmacia.

Reúnanse con un farmacéutico

En una visita personalizada, un farmacéutico revisará sus medicamentos para asegurarse de que sean eficaces y adecuados para usted. Además, esto es gratuito. Para obtener más información, visite healthpartners.com/mtminfo.

¿Tiene preguntas sobre los beneficios?

Podemos ayudarlo. Llame a Servicios para Miembros al **952-883-5000** o al **800-883-2177**



Nuestro equipo está a su disposición para ayudarlo. Si no puede encontrar su medicamento en la herramienta para compras o en el formulario, llámenos. Lo ayudaremos a encontrar ese medicamento, o un medicamento alternativo que esté cubierto.

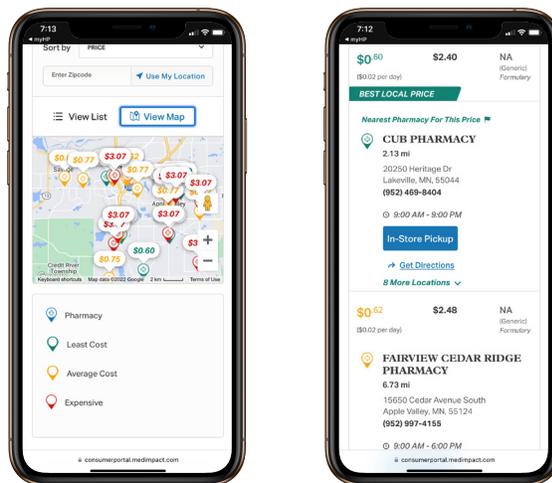
Kerry, Coordinador de farmacia

Encuentre el mejor costo de los medicamentos

Comprar el medicamento con el precio más bajo es más fácil que comparar precios para viajes aéreos.

Múltiples maneras de ahorrar en medicamentos, en una herramienta en línea

La herramienta de compra de medicamentos recetados le ayuda a encontrar el costo más bajo, según su plan de salud actual. Encuentre otras opciones para ahorrar dinero, como cuando hay una alternativa de precio más bajo disponible.



Iniciar sesión en su cuenta

Administre su salud y su plan en **healthpartners.com** o la aplicación **myHP**

¿Todavía no tiene una cuenta?

Registrarse es rápido y fácil; solamente necesitará su tarjeta de identificación del miembro.

Puede usar la herramienta de compra de medicamentos recetados para realizar lo siguiente:

- encontrar el costo más bajo para su medicamento;
- comparar precios actuales en farmacias cercanas a usted;
- conocer qué medicamentos cubre su plan de salud;
- transferir recetas a la farmacia de menor costo;
- saber si tiene reposiciones disponibles;
- consultar si tiene una autorización previa y cuándo vence;
- descargar informes fiscales de lo que gastó el año pasado.

Entrega de medicamentos en la puerta de su casa

Ahórrese el viaje hasta la farmacia. Reciba sus medicamentos recetados por correo en su hogar con WellDyne.

5 beneficios grandiosos del envío por correo

1. En ningún caso tendrá que pagar por el envío estándar.
2. Es fácil resurtir sus medicamentos, ya sea en línea o con nuestra aplicación móvil.
3. Todos los pedidos se envían en un paquete resistente a daños y sin descripciones para que sea más privado.
4. La seguridad es importante. Obtendrá los medicamentos de la mejor calidad.
5. Recibirá su medicamento en un plazo de siete a 10 días.

CONSEJO: Puede hacer un seguimiento del estado de su pedido en cada paso del camino, desde su recepción y procesamiento hasta su envío y entrega.

Para comprobar el estado de su pedido, inicie sesión en su cuenta en línea o llame a nuestro sistema telefónico automático.

Cómo comenzar

- Llame al **800-591-0011**
- Visite healthpartners.com/mailorder



No es sencillo ir a la farmacia todos los meses. La farmacia de pedidos por correo le entrega los medicamentos de forma fácil y rápida; funciona igual que sus tiendas preferidas.

Dave, Farmacéutico

A su disposición, las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Llámenos a uno de estos números si tiene preguntas sobre su salud o sobre los servicios cubiertos por su plan. Estamos listos para ayudarlo.

Servicios para miembros

Si tiene preguntas sobre:

- Su cobertura, reclamaciones o saldos de su plan
- Encontrar un médico, dentista o especialista en su red
- Cómo encontrar atención cuando no se encuentra en su casa
- Servicios, programas y descuentos del plan de salud

De lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m., hora del centro
Llame al número que figura en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro, **952-883-5000** o al **800-883-2177**
Disponemos de intérpretes, en caso de que necesite uno.
Español: **866-398-9119**
healthpartners.com

Servicios para miembros puede ayudarlo a acceder a:

Programa Nurse NavigatorSM

Si tiene preguntas sobre:

- Cómo comprender su atención médica y sus beneficios
- Cómo elegir un tratamiento

De lunes a viernes, de 7:30 a. m. a 5 p. m., hora del centro

Coordinadores de farmacia

Si tiene preguntas sobre:

- Sus medicamentos o el costo de estos
- Las aprobaciones de los médicos para tomar un medicamento (antes de la autorización)
- Sus beneficios de farmacia
- Transferir medicamentos a una farmacia de pedido por correo

De lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del centro

Coordinadores de la atención de la salud del comportamiento

Si tiene preguntas sobre:

- Cómo encontrar un profesional de la salud especialista en bioquímica o en salud mental en su red
- Sus beneficios de salud del comportamiento

De lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del centro
888-638-8787

Línea de enfermería del servicio CareLineSM

Si tiene preguntas sobre:

- Si debe consultar o no con un médico
- Remedios caseros
- Un medicamento que está tomando

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año
800-551-0859

Servicio telefónico BabyLine

Si tiene preguntas sobre:

- Su embarazo
- Contracciones que está teniendo
- Su recién nacido

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año
800-845-9297



Algo que me encanta de mi trabajo es la manera en que mi equipo ayuda a las personas todo el día, todos los días.

Rachel, enfermera certificada, CareLine

Reciba la atención adecuada al precio adecuado

Su plan de salud cubre un rango de opciones cuando necesita atención. Conocer las diferencias entre las opciones puede ayudarlo a elegir dónde recibir atención al mejor precio. Realice una búsqueda en línea para encontrar una opción dentro de la red específicamente cubierta por su plan.

Encuentre atención dentro de la red

Administre su salud y su plan en healthpartners.com o la aplicación **myHP**

¿Todavía no tiene una cuenta? Registrarse es rápido y fácil; solamente necesitará su tarjeta de identificación del miembro.

Cuando necesite	Vaya a	Costo promedio	Tiempo promedio usado
Asesoramiento sobre salud por parte del personal de enfermería certificado con respecto a: <ul style="list-style-type: none"> Remedios caseros Cuándo acudir para solicitar atención 	Servicio CareLine SM Llame las 24 horas del día, los 7 días de la semana al 800-551-0859	Gratuito	15 minutos
Tratamiento y recetas para temas médicos menores como, por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> Cistitis Conjuntivitis Infecciones de las vías respiratorias superiores 	Atención primaria o virtual	\$	15 minutos
Un chequeo regular o atención especial durante el día para situaciones como, por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> Control de la diabetes Vacunas 	Clínicas de atención primaria	\$\$	30 minutos
Atención por problemas urgentes cuando el consultorio de su médico está cerrado, como, por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> Cortes que necesiten sutura Dolor muscular o en las articulaciones 	Clínicas de atención para urgencias	\$\$\$	45 minutos
Ayuda en una emergencia como, por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> Dolor en el pecho o dificultad para respirar Traumatismo de cráneo 	Sala de emergencias	\$\$\$\$	60 minutos



¿Aún no sabe a dónde ir? Lo ayudaremos a determinar cuál es el mejor lugar según la urgencia de sus necesidades de atención.

Llame a CareLine al **800-551-0859**.

Rachel, enfermera certificada, CareLine

Mejore su salud y bienestar

Living Well es fácil de utilizar y de acceso gratuito.

Inicie sesión para comenzar

Administre su salud y su plan en **healthpartners.com** o la aplicación **myHP**

¿Todavía no tiene una cuenta? Registrarse es rápido y fácil; solamente necesitará su tarjeta de identificación del miembro.

CONSEJO: Después de iniciar sesión en su cuenta en línea de HealthPartners, vaya a la pestaña *Living Well* o seleccione *Living Well* en myHP. Si necesita ayuda, llámenos al **800-311-1052**.

Conozca sobre su salud

Comience al completar su evaluación de salud. Obtendrá una idea más clara de su estado de salud actual para poder decidir en qué concentrarse.

Elija una actividad para su bienestar

¿Desea despertarse sintiéndose más renovado? ¿Recuperarse mejor del estrés? ¿O asumir el control de su peso? Puede elegir entre una gran cantidad de opciones.

Elija lo que sea mejor para usted

Pregúntese: “¿Qué deseo hacer para estar más saludable?” Si desea:

- Comer mejor: intente *consumir frutas y verduras o sea consciente de su consumo de azúcar*.
- Sentirse menos estresado y tener mayor control de su vida: *los programas Tackle Stress, Healthy Thinking o myStrength* pueden ser sus mejores opciones.
- Ser una persona más activa: salga a caminar con el programa *10,000 Steps*®.
- Moverse más: obtenga clases de ejercicio a pedido con *Wellbeats*.



Sé que estar sano puede marcar una gran diferencia en su vida. Los miembros me comentan que un poco de apoyo de parte de un profesional de la salud como yo, puede ser de gran ayuda.
Sara, asesora de salud

Hacerse más fuerte

Estamos aquí para brindarle apoyo en todos los aspectos de su salud, esto incluye su salud emocional. Nuestros programas lo ayudarán a desarrollar fortaleza y poder enfrentar los desafíos de la vida.

Evaluación de salud y actividades de bienestar

Empiece su camino para desarrollar fortaleza emocional con una evaluación de salud en línea. Luego, tendrá acceso a recursos que lo ayudarán a desarrollar hábitos saludables, como nuestras actividades digitales de *Pensamiento sanos* y *Enfrentar el estrés*.

Para empezar, inicie sesión en su cuenta en línea. Luego, haga clic en la pestaña *Vivir bien* y elija *Ir a su programa de bienestar*. Si no tiene una cuenta en línea, cree una en healthpartners.com/signupnow.

myStrength

Desarrolle una mente más sana para ser más fuerte. myStrength es un programa digital flexible y completo que cuenta con herramientas y actividades para el estrés, la depresión, el sueño y más. Aprenda de cientos de actividades, artículos y videos. Practique técnicas que le ayudan a cambiar su forma de pensar, inspirarse y sentirse más esperanzado.

CONSEJO: Visite healthpartners.com/resilience para obtener más información y recursos sobre cómo desarrollar fortaleza emocional.

¿Tiene preguntas sobre los beneficios?

Los coordinadores de la salud del comportamiento pueden ayudarlo. Llame al **952-883-5811** o al **888-638-8787**.

Asistencia particular del personal de enfermería

Vivir con una afección médica se vuelve más sencillo cuando dispone de un equipo de personas que le brinda asistencia. Trabaje con un integrante del personal de enfermería de forma personalizada sin cargo.

Reciba asistencia para

- Asma
- Depresión
- Diabetes
- Enfermedades cardíacas
- Artritis reumatoide
- Y más

Nuestra ayuda incluye

- Responder preguntas y brindar recursos sobre su afección
- Conversar sobre cómo va su tratamiento
- Orientación acerca del sistema de salud y sus beneficios
- Trabajar con su médico
- Y más

Cómo funciona

Trabajar con un integrante del personal de enfermería de HealthPartners es una gran incorporación a su equipo de atención médica. A través de llamados telefónicos y otras comunicaciones, le brindaremos asistencia para que se sienta lo mejor posible y cumpla con sus metas personales de salud. Todo es confidencial y sin cargo para los miembros de HealthPartners.

¿Está listo para comenzar?

Llame al **952-883-5469** o al **800-871-9243** o visite healthpartners.com/nursesupport



Sin importar cuál sea la afección médica que tenga, hablar con nuestro personal de enfermería puede ayudarlo a sentirse mejor sobre su afección. Estamos a su disposición para ayudarlo a cuidarse de manera integral.

Jill, enfermera registrada

Enfrentémonos al cáncer juntos

No necesita enfrentarse a un diagnóstico de cáncer solo. Nuestro personal de enfermería estará con usted en cada paso del camino.

Un integrante del personal de enfermería está dispuesto a ayudar

Cuando trabaje con un miembro del personal de enfermería, recibirá consejos y orientación adicionales para que transitar su diagnóstico y tratamiento del cáncer sea menos abrumador.

Estamos aquí para lo siguiente:

- Ayudarlo a tomar decisiones que se adapten a su vida y valores.
- Ayudarlo durante el tratamiento.
- Conectarlo con recursos.
- Colaborar con su proveedor y el equipo de la clínica.
- Escucharlo cuando necesite hablar.

¿Está listo para comenzar?

Llame al **952-883-5469** o al **800-871-9243** o visite healthpartners.com/cancersupport

Cómo funciona

Un integrante del personal de enfermería de HealthPartners es una gran incorporación a su equipo de atención médica. A través de llamados telefónicos y otras comunicaciones, le brindaremos asistencia para que se sienta lo mejor posible y cumpla con sus metas personales de salud. Todo el apoyo es confidencial y sin cargo para los miembros de HealthPartners.



Cuando uno está luchando contra el cáncer, es posible que sienta que toda su vida gira en torno a eso. Contar con un integrante del personal de enfermería cuando necesita asistencia puede marcar la diferencia.

Jill, enfermera registrada

Alivio para su dolor de espalda

Nuestro personal de enfermería puede ayudarlo a que el dolor de espalda no le impida mantenerse activo. Los miembros de HealthPartners reciben asistencia y recursos sin cargo.

Asistencia particular del personal de enfermería

Cuando tiene dolor de espalda, puede ser frustrante sentir que nada funciona. Nuestro personal de enfermería está aquí para escucharlo y sugerir soluciones personalizadas para ayudar a que se sienta mejor.

Cómo funciona

Trabajar con un integrante del personal de enfermería de HealthPartners es una gran incorporación a su equipo de atención médica. A través de llamados telefónicos y otras comunicaciones, le brindaremos asistencia para que se sienta lo mejor posible y cumpla con sus metas personales de salud. Toda la asistencia es confidencial y puede decidir dejar de recibirla en cualquier momento.

Trabajamos junto a usted

La mayoría de los estadounidenses tendrán dolor de espalda en algún momento de su vida. Si bien es frecuente, existen muchos mitos sobre las causas y el tratamiento del dolor de espalda. Dependiendo del dolor, le ofreceremos consejos sobre la prevención, el ejercicio y sus opciones. Hablaremos sobre cuestiones como:

- ¿Qué es lo que le hace bien ahora?
- ¿En qué áreas necesita más ayuda?
- ¿Cuáles son sus opciones de tratamiento?

¿Está listo para comenzar?

- Llame al **952-883-5469** o al **800-871-9243** o complete el formulario en healthpartners.com/healthsupport
- Visite healthpartners.com/backhealth para obtener más información sobre el dolor de espalda.



El dolor de espalda es muy frecuente, pero el tratamiento puede ser diferente para cada persona. Por esta razón trabajar con un integrante del personal de enfermería de forma personalizada puede marcar la diferencia.

Jill, enfermera registrada

Bebé saludable, madre saludable

Si está embarazada o planifica estarlo, tenemos muchos recursos para brindarle asistencia disponibles sin cargo.

Planificación y preparación para el embarazo

Para comenzar, realice la evaluación en línea en healthpartners.com/healthy-pregnancy. Sobre la base de sus respuestas, es posible que reciba una llamada de uno de los enfermeros. Nuestro equipo especialmente capacitado hablará con usted por teléfono para responder sus preguntas y brindarle asesoramiento entre visitas a su médico.

Apoyo digital personalizado

Después de realizar la evaluación, tendrá acceso a la experiencia digital **My Pregnancy** en su cuenta de HealthPartners y a través del correo electrónico. El contenido está redactado por nuestros expertos en salud y programado para cada momento de su embarazo. El temario incluye: mantenerse sana, qué esperar en cada trimestre, cobertura del plan de salud, atención de un recién nacido y mucho más.

Otros recursos para el embarazo

- **Asistencia telefónica por personal de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana** cuando la necesite, incluso si son las 3 a. m. Llame a BabyLine al **612-333-2229** o al **800-845-9297**.
- **Reciba consejos de embarazo por mensaje de texto** en su teléfono enviando **BEBE** al **511411** (BABY para inglés).
- **Realice un seguimiento de su embarazo con la aplicación myHealthyPregnancy**. Nuestra aplicación myHealthyPregnancy con la tecnología de YoMingo pone a su alcance recursos importantes de educación para padres y divertidas actividades adicionales para cada etapa del embarazo, atención del recién nacido y más. Visite healthpartners.com/myhealthypregnancy para obtener instrucciones sobre cómo descargar la aplicación.

—
¿Desea obtener más información?



Ya sea que este sea su primer bebé, el segundo o el sexto, estamos a su disposición para ayudarla. Nuestra asistencia es confidencial y sin cargo para usted.

Jill, enfermera registrada

Assist America®

Viaje a cualquier parte sin preocupaciones

Independientemente de que viaje al exterior o simplemente fuera de la ciudad por el fin de semana, puede sentirse seguro de que si ocurre algo imprevisto, usted está en buenas manos.

Obtenga ayuda las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Assist America le proporciona todo el apoyo que necesita cuando se encuentre a más de 100 millas de su hogar.

- Coordinar los traslados a los centros de atención o de regreso a su hogar.
- Surtido de medicamentos de recetas extraviadas.
- Encontrar buenos médicos.
- Ingresar al hospital.
- Información necesaria antes de viajar, como requisitos de vacunas y visa.
- Hacer un seguimiento de equipaje extraviado.
- Remisiones a traductores.
- ¡Y mucho más!

Cómo comenzar

- Descargue su tarjeta de **ID de Assist América** en healthpartners.com/getcareeverywhere
- Obtenga la **aplicación para teléfonos móviles de Assist America** e ingrese en HealthPartners con el número de referencia **01-AA-HPT-05133**.



La aplicación para teléfonos móviles de Assist America hace que viajar sea mucho más sencillo. Puede hacer llamadas desde la misma aplicación para teléfonos móviles cuando necesite ayuda.

Jamie, Servicios para miembros

Vivir una vida más saludable se tornó un poco menos costoso

Como miembro de HealthPartners, obtenga ahorros significativos en comercios minoristas seleccionados. Hay muchos productos y servicios disponibles para usted, con un descuento en la tarifa: todo está diseñado para ayudarlo a tener una vida saludable todos los días.

Vea en qué puede ahorrar

Visite healthpartners.com/discounts para obtener una lista de los comercios minoristas participantes y los descuentos.

Obtenga grandes ahorros mostrando su tarjeta de identificación de miembro en los comercios minoristas participantes

Ahorre dinero en lo siguiente:

- Anteojos
- Equipos para ejercicios
- Clases de ejercicio y bienestar
- Comer bien
- Productos para mamás y bebés saludables
- Audífonos
- Seguro para mascotas
- ¡Y mucho más!

Descuentos en membresías de gimnasios

Red Husk Gym

Proporciona descuentos en membresías en más de 11,000 centros de acondicionamiento físico, programas de pérdida de peso y marcas que promueven el bienestar.

Programa The Active&Fit Direct™

Ofrece más de 11,000 centros de acondicionamiento físico con una tarifa fija mensual.



Tomar decisiones saludables es más fácil cuando no cuesta un ojo de la cara. Siempre digo que aprovechar estos descuentos es una excelente manera de aprovechar al máximo su plan de salud.

Katie, servicios para miembros

Nuestro enfoque hacia la protección de la información personal

HealthPartners® cumple con todas las leyes aplicables con respecto a la privacidad de la información médica y de otro tipo acerca de nuestros miembros actuales y pasados. Cuando es necesario, obtenemos el consentimiento o la autorización de nuestros miembros (o de un representante autorizado de nuestros miembros cuando estos no pueden prestar su consentimiento o dar su autorización) para la divulgación de su información personal. Brindamos a nuestros miembros acceso a su propia información de acuerdo con la ley y las normas aplicables. Nuestras políticas y prácticas apoyan el uso apropiado y efectivo de la información, de acuerdo con la ley, en forma interna y externa, y nos permiten brindar servicios a nuestros miembros, a nuestros pacientes y a la comunidad, y mejorar su salud, a la vez que tenemos en cuenta su privacidad. Para obtener una copia de nuestro Aviso sobre prácticas de privacidad, visite nuestro sitio web o llame a Servicios para Miembros.

Resumen de los programas de control de utilización para los planes médicos

Nuestros programas de control de utilización ayudan a asegurar que la atención de la salud sea efectiva, asequible y de alta calidad. Estos programas se basan en la evidencia médica más actualizada para evaluar los niveles apropiados de atención y establecer las pautas para las prácticas médicas. Nuestros programas incluyen actividades para reducir la subutilización, la sobreutilización y la mala utilización de los servicios de salud.

ESTOS PROGRAMAS INCLUYEN:

- Revisión de la evolución de la atención y coordinación de la atención a fin de procurar una atención y una transición seguras y oportunas al salir del hospital.
- Control de casos de pacientes ambulatorios para brindar asistencia a los miembros y coordinar la atención.
- Pautas de atención basadas en pruebas para determinados tipos de atención.
- Autorización previa para servicios exclusivos: le pedimos aprobación previa para una pequeña cantidad de servicios y procedimientos. Para obtener una lista completa, visite nuestro sitio web o llame a Servicios para Miembros.

Uso y cobertura apropiados para los medicamentos recetados para los planes médicos

Brindamos cobertura para medicamentos seguros, de alta calidad y económicos.

PARA AYUDARNOS A HACERLO, USAMOS:

- Un vademécum o formulario (lista de fármacos). Estos medicamentos recetados se revisan y aprueban de forma continua para brindar cobertura en función de la calidad, la seguridad, la efectividad y el valor.
- Un programa de alertas para el paciente que permite una transición fluida a nuestro vademécum. Permitimos la cobertura de un surtido de un medicamento no preferido que califique por primera vez a partir de los primeros tres meses desde el ingreso de un miembro.
- Un programa de administración de opioides que apoya a los miembros en el control del dolor.
- Una cita personalizada confidencial y gratuita (en persona o por teléfono) con un farmacéutico clínico experimentado. Nuestro Programa de administración de terapias con medicamentos (Medication Therapy Management, MTM) ayuda a que los miembros que usan muchos medicamentos diferentes obtengan los resultados que necesitan.

El vademécum está disponible en healthpartners.com/formulary, junto con información acerca de cómo se revisan los medicamentos, los criterios utilizados para determinar qué medicamentos se agregan a la lista y más. También puede obtener esta información de Servicios para Miembros.

Información importante sobre el reembolso de proveedores

Nuestro objetivo al reembolsar a los proveedores es brindar atención asequible a nuestros miembros y, al mismo tiempo, fomentar la atención de calidad a través de las mejores prácticas de atención y recompensar a los proveedores por satisfacer las necesidades de nuestros miembros. Se utilizan muchos tipos diferentes de acuerdos de reembolso con los proveedores. Todos están diseñados para alcanzar ese objetivo. Verifique con su proveedor individual para saber cómo se le paga.

ACUERDOS UTILIZADOS PARA LOS PLANES MÉDICOS:

- **Honorarios por servicios** – los planes de salud pagan al proveedor una cantidad fija determinada según el tipo de servicio prestado por el proveedor.
- **Según el diagnóstico/per diem** – un honorario fijo por tratar ciertos tipos de afecciones, a veces, según la cantidad de días que el paciente pasó en el establecimiento.
- **Clasificaciones de pago ambulatorio (Ambulatory Payment Classifications, APC)** – por los servicios ambulatorios. Hemos negociado un nivel de pago según los recursos y la intensidad de los servicios prestados. Se paga a los hospitales un honorario fijo por ciertos tipos de servicios, que se basa en los recursos utilizados para prestar ese servicio.
- **Retención** – una parte del pago del proveedor se reserva hasta el final del año. En ocasiones, las retenciones se utilizan para pagar a los proveedores de servicios especializados, de remisiones u hospitalarios que prestan servicios a los miembros. Con frecuencia, el proveedor recibe la totalidad o una parte de la retención según el cumplimiento de criterios acordados, que pueden incluir niveles de satisfacción del paciente, calidad de la atención y/o medidas de control de atención.
- **Descuento** – el proveedor nos envía una factura, y ya hemos negociado una tarifa reducida en nombre de nuestros miembros. Pagamos un porcentaje predeterminado de la factura total de los servicios.
- **Tarifa por caso** – el proveedor recibe un honorario fijo para un conjunto de servicios seleccionado, hasta una cantidad máxima de servicios acordada durante un período determinado. En forma alternativa, podemos pagar una tarifa por caso a un proveedor por todo el grupo seleccionado de servicios durante un período acordado.
- **Combinación** – se usa más de un método descrito. Por ejemplo, podemos pagar una tarifa por caso a un proveedor por un grupo seleccionado de servicios hasta una cantidad máxima de servicios acordada, y pagar honorarios por servicios a dicho proveedor por los servicios que no se prestaron dentro del plazo o que superaron la cantidad máxima de servicios. Además podemos pagar a un proveedor, como una clínica, utilizando un tipo de método de reembolso, aunque esa clínica puede pagar a sus proveedores empleados con otro tipo de método de reembolso.

Realización de revisiones sobre necesidad médica

HealthPartners lleva a cabo las revisiones sobre necesidad médica para servicios exclusivos. Estas revisiones garantizan que nuestros miembros reciban una atención segura y eficaz alineada con la cobertura descrita en el contrato del miembro. Las revisiones sobre necesidad médica pueden realizarse antes del servicio, antes de que se proporcione el servicio; después del servicio, después de que se proporcione el servicio; o simultáneamente, mientras se está proporcionando el servicio. Los proveedores contratados son responsables de obtener la autorización previa del plan de salud cuando se requiera. En nuestro sitio web, se detallan los servicios que requieren autorización previa. No se necesita una autorización previa para servicios de emergencia. HealthPartners le informará a usted y a su proveedor sobre el resultado de nuestra revisión.

Es posible que este plan no cubra todos sus gastos de atención de la salud. Lea atentamente los materiales de su plan para determinar qué gastos están cubiertos. Para obtener detalles acerca de beneficios y servicios, visite [healthpartners.com](https://www.healthpartners.com) o llame a Servicios para Miembros al **952-883-5000** o al **800-883-2177**.



Gracias por comunicarse con HealthPartners

A nuestro equipo de Servicios para Miembros le complace brindarle ayuda y no hay mejor momento para hacerlo que este. Llámenos si tiene preguntas sobre su plan o si simplemente desea conocer su plan un poco mejor. Asegurarnos de que comprende su plan de salud es solo el primer paso en asistirlo para que se mantenga saludable.



Servicios para Miembros

952-883-5000 o al 800-883-2177

De lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m., hora del centro.

[healthpartners.com](https://www.healthpartners.com)