

Su plan de salud

2025 Open Enrollment

Plan médico	3
Apoyo adicional	7

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.



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

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 recibir ayuda por parte de su plan para cubrir los costos, sin incluir su prima.
- **Copago:** un monto fijo que paga cada vez que visita al médico u obtiene una receta médica.
- **Coseguro:** el porcentaje que usted paga por el costo total de la atención. Su plan cubre el resto.
- **Gasto máximo de bolsillo:** el monto máximo que pagará cada año por la atención cubierta por su plan.
- **Monto permitido:** el monto máximo que se pagará por parte de su plan por un servicio cubierto. También se denomina gasto elegible, asignación de pago o tarifa negociada.
- **Resumen de beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC):** enumera los servicios que se cubren desde su plan y el monto.

Consulte por más servicios

Desde su plan de salud, se hace mucho más que procesar reclamaciones. Obtenga más información sobre los beneficios, programas especiales y descuentos que tiene a su disposición para ayudarlo a vivir una 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.

- Encuentre orientación con alertas y recomendaciones personalizadas
- Vea reclamaciones y cuánto podría adeudar
- Busque médicos en su red
- Consulte los montos de sus gastos
- Vea su tarjeta de identificación de miembro
- Obtener estimaciones de costos para la atención
- Revise su formulario (lista de medicamentos) y compare los costos de los medicamentos recetados
- Administre su salud en cualquier lugar con la aplicación para teléfonos móviles HealthPartners

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 6,000 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 **healthpartners.com/openaccess**

Atención rápida, fácil y asequible

La vida es agitada. Ahorre tiempo y dinero utilizando la atención de telemedicina para muchas afecciones frecuentes. Su plan incluye opciones de tratamiento desde su teléfono o computadora.

¿Tiene preguntas sobre los beneficios?

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

Virtuwell®

Obtenga atención dondequiera que esté

Comience su visita en Virtuwell ahora y obtenga un plan de tratamiento personalizado: no se necesitan citas, videos ni descargas. Responda algunas preguntas en línea para obtener tratamiento para más de 60 afecciones comunes. Profesionales de enfermería le brindan un diagnóstico, un plan de tratamiento y una receta (en caso de que la necesite). Normalmente, pagará menos que en una visita en persona, y solo se le cobrará si Virtuwell puede atenderle. Además, la atención de seguimiento para su tratamiento es gratuita.

Mejore más rápido en **virtuwell.com**.*

Doctor On Demand

Las videovisitas en vivo con un médico incluyen evaluación, diagnóstico y recetas para atención urgente para el resfrío y la gripe, afecciones cutáneas y alergias. Cuando crea una cuenta de miembro gratuita, el precio de su visita 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, la orientación para continuar o una revisión de una afección preexistente, están listos para ayudar.

Comience en **teladoc.com**.



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

*Para usar este servicio, debe residir o estar de visita en uno de los estados en los que opera Virtuwell.

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.

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 mama 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.

¿Tiene preguntas sobre los beneficios?

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



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.

Renae, Servicios para Miembros

Aproveche al máximo sus medicamentos

Utilice estas herramientas y recursos para obtener información importante sobre sus recetas, incluidos el costo y la cobertura, y cómo asegurarse de que funcionen correctamente.

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 conocerá qué medidas podrían ser necesarias antes de comenzar a tomar un medicamento, como presentar una autorización previa de su médico o cumplir con los límites de cantidad.

1. Comience hoy mismo en healthpartners.com/preferredrx.
2. Busque por nombre o tipo de medicamento.
3. Utilice su Resumen de beneficios y cobertura (Summary of Benefits and Coverage, SBC), que se incluye en sus materiales de inscripción, para obtener más información sobre su cobertura, copago o participación en los costos.

Busque los costos más bajos

Los precios de los medicamentos varían de una farmacia a otra. Use nuestra herramienta de compra con receta para comparar los precios en las farmacias cercanas. Podrá consultar los precios en tiempo real, con todos los descuentos disponibles, para asegurarse de obtener el mejor precio del mercado. Para comenzar, visite 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.

Pruebe los medicamentos genéricos

Los medicamentos genéricos son tan seguros y eficaces como los medicamentos de marca, y se fabrican con los mismos principios activos, pero cuestan mucho menos. También pueden diferir en su tamaño, forma o color con respecto a los medicamentos de marca. Hable con su médico o farmacéutico acerca de cambiar a un medicamento genérico.

Reúname con un farmacéutico

Si usted o un miembro de su familia toman múltiples medicamentos o medicamentos complejos, o si tienen preguntas sobre interacciones o efectos secundarios, podemos ayudarle. Nuestros farmacéuticos especialmente capacitados son expertos en el análisis holístico de sus medicamentos. En una cita individual, revisarán sus medicamentos para asegurarse de que funcionen y sean adecuados para su estilo de vida. Obtenga más información en healthpartners.com/mtminfo.

¿Tiene preguntas sobre los beneficios?

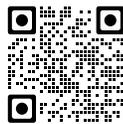
Podemos ayudarlo. Llame a Servicios para Miembros al **952-883-5000** o al **800-883-2177**

Soluciones farmacéuticas en la palma de su mano

Use nuestra herramienta de compra con receta para ahorrar tiempo y dinero.

Compare los precios con las farmacias cercanas

Podrá consultar los precios en tiempo real, con todos los descuentos disponibles, para asegurarse de obtener el mejor precio del mercado. También puede usarlo para transferir recetas a una farmacia de menor costo y ver qué cobertura tiene con su plan de salud. Visite healthpartners.com/pharmacy y escanee el código a continuación para ver un video corto que explica cómo usar la herramienta.

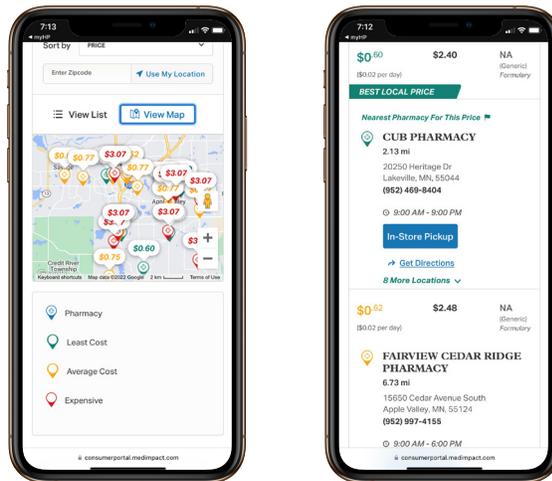


healthpartners.com/viewrxtoolvideo

Iniciar sesión en su cuenta

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

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



Puede usar la herramienta de compra con receta para lo siguiente:

- Consultar los resurtidos disponibles
- Verificar el estado de las autorizaciones previas
- Descargar informes de impuestos 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 con receta por correo en su hogar con WellDyne.

5 beneficios grandiosos del envío por correo

1. Resurtir sus medicamentos en línea o desde nuestra aplicación para teléfonos móviles es fácil
2. Realice un seguimiento de su paquete en cada etapa del camino, por mensaje de texto, correo electrónico, teléfono o en línea
3. Ahorre dinero con suministros para 90 días y envío estándar gratuito
4. Reciba su paquete de manera segura y discreta en un plazo de 7 a 10 días
5. Estamos disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana para ayudarle con su pedido; solo debe llamar a nuestra línea telefónica exclusiva

CONSEJO: Puede realizar un seguimiento del estado de su pedido en cada etapa, 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 receptivo.

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 aquí 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: <ul style="list-style-type: none"> • Cómo comprender su atención de la salud y sus beneficios • Cómo elegir un tratamiento 	De lunes a viernes, de 7:30 a. m. a 5 p. m., hora del centro
Orientadores de farmacia	Si tiene preguntas sobre: <ul style="list-style-type: none"> • 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 para la 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

Ocúpese de su plan de salud

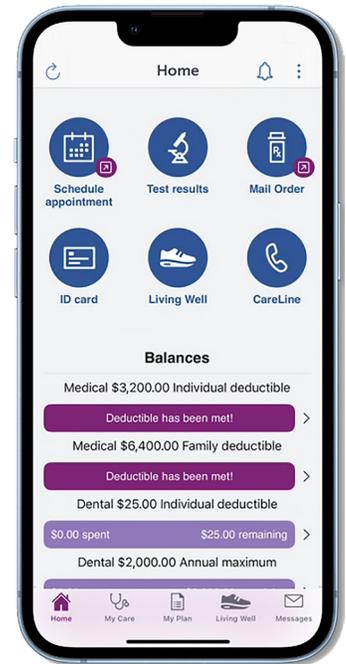
Una cuenta en línea de HealthPartners hace que estar al día con su seguro y su atención de la salud sea sencillo para usted.

Obtenga información personalizada en el momento y en el lugar que la necesite

Con una cuenta en línea, tendrá acceso en tiempo real a la información de su plan de salud personal en un simple lugar. Ya no tendrá que hacer suposiciones o esperar hasta el horario de atención para obtener respuestas para sus preguntas.

Las 3 maneras principales de usar su cuenta en línea

1. Visite My dashboard (mi panel de control) a través de un navegador web en su teléfono o computadora para obtener recordatorios personalizados de atención preventiva, consejos útiles sobre su plan y más.
2. Busque médicos, clínicas y hospitales dentro de la red y obtenga estimaciones de costos para servicios específicos de su plan utilizando la aplicación web o móvil.
3. Abra la aplicación móvil de HealthPartners para acceder desde cualquier lugar a los detalles de las reclamaciones, su tarjeta de identificación de miembro y la información de contacto de Servicios para Miembros.



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

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



Escanee aquí para obtener un tutorial rápido sobre cómo crear y usar su cuenta en línea.

**healthpartners.com/
getconnectedvideo**



Me encanta guiar a los miembros para que accedan a su cuenta en línea y a la aplicación para teléfonos móviles. Usted podrá recibir información sobre su plan médico incluso fuera del horario de atención.

Jarria, Servicios para Miembros

Reciba la atención adecuada al precio adecuado

Cuando necesita atención, tiene opciones. Use la tabla a continuación para asegurarse de que está tomando la mejor decisión para su salud y su presupuesto. Consulte en línea para ver qué cobertura tiene su plan.

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 asuntos 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

Encuentre atención dentro de la red

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

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



¿Aún no sabe adónde 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 **HealthPartners**

¿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* (Vivir bien) o seleccione *Living Well* (Vivir bien) en la aplicación móvil de HealthPartners. 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 *Go for Fruits & Veggies* o *Sugar Smart*.
- 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 sus aspectos, esto incluye su salud emocional. Nuestros recursos están diseñados para conectarlo con información, especialistas y apoyo para que regrese al camino de sentirse y vivir mejor.

¿Tiene preguntas sobre los beneficios?

Nuestros navegadores de salud conductual pueden ayudarlo a encontrar atención en su red de planes y responder preguntas de cobertura. Llame al **952-883-5811** o al **888-638-8787**.

Recursos autoguiados incluidos en su plan

Centro de Salud Mental

Conéctese con la información, las herramientas y el apoyo para usted y su familia. También encontrará recursos para explorar los beneficios de su plan, recibir atención y más. Visite healthpartners.com/my/livingwell/mental-health.

Living Well (Vivir bien)

Descubra actividades personalizadas para crear hábitos más saludables, reducir el estrés y mejorar su estado de ánimo. Es posible que deba completar una evaluación de salud para acceder a estas actividades. Visite healthpartners.com/livingwell.

myStrength

Actividades basadas en objetivos, artículos y videos que lo ayudarán con el estrés, la ansiedad, la depresión y más. Este recurso estará disponible para usted a través de su experiencia de salud y bienestar.

Coordinadores de la atención de la salud del comportamiento

Obtenga recursos personalizados, orientación y apoyo de un especialista en salud conductual experimentado, de manera confidencial y sin costo adicional. Su experto en salud conductual trabajará con usted y su equipo de atención para desarrollar un plan personalizado enfocado en su bienestar.

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

Servicios personalizados de apoyo para el manejo de afecciones

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.

¿Está listo para comenzar?

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

Obtenga apoyo

Nuestro equipo de apoyo incluye personal de enfermería experimentado, especialistas en salud conductual con licencia y demás profesionales de la salud. Ayudamos a los miembros con afecciones de salud crónicas y complejas y situaciones como:

- Asma
- Depresión
- Diabetes
- Enfermedades cardíacas
- Artritis reumatoide
- 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.

Nuestra ayuda incluye

- Responder preguntas y brindar recursos sobre su afección
- Lo ayudará a navegar por las citas, los tratamientos y los resultados de medicamentos, así como la cobertura y los costos de su seguro
- Coordinar la atención, el tratamiento y la comunicación entre diferentes médicos y especialistas
- Y más



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

Deje de fumar para siempre

Dejar el tabaco y el vapeo puede ser una de las cosas más difíciles que haga alguna vez. No tiene que hacerlo solo. Estamos aquí para ayudarle.

Reciba la ayuda de un asesor de salud

Trabaje con un asesor de salud para establecer objetivos sobre el consumo de tabaco y el vapeo que se adapte a su estilo de vida. Obtendrá asistencia y apoyo para alcanzar sus objetivos y vivir sin nicotina. Además, puede programar llamadas telefónicas o enviar un correo electrónico a su asesor de salud cuando sea mejor para usted.

Trabaje a su propio ritmo para alcanzar los siguientes objetivos:

- Superar el deseo de fumar
- Aliviar el estrés
- Manejar situaciones sociales que lo incitan a fumar
- Adaptarse a la vida sin tabaco ni vapeo
- Sentirse mejor

Medicamento de apoyo para dejar de fumar

Su plan de salud podría pagar los medicamentos para ayudarlo a dejar de fumar. Visite healthpartners.com/formulary para ver su formulario. O bien llame al número de teléfono de nuestro equipo de Servicios para Miembros que figura en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

Recursos digitales para dejar de fumar

Pivot es un programa para dejar de fumar basado en una aplicación que lo ayudará a dejar de fumar cigarrillos, cigarros y todos los productos de tabaco sin humo.

- Visite pivot.co/healthpartners para comenzar.

Cómo comenzar

Llame al **800-311-1052** para inscribirse con un asesor de salud.



Quizás haya intentado dejarlo por su cuenta... más de una vez. No se atormente. Obtener apoyo de un asesor puede ser lo que necesita exactamente para dejar de fumar para siempre.

Sara, asesora de salud

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

- **Apoyo telefónico del personal de enfermería las 24 horas del día, los siete días de la semana**, cuando lo necesite, incluso a las 3:00 a. m. Llame a BabyLine al **612-333-2229** o al **800-845-9297**.
- **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?

Visite healthpartners.com/pregnancysupport



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

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.

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

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.



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



Earn rewards for taking care of your health

Get support and motivation for you and your family to live healthier with My Rewards. As a HealthPartners member, you can earn rewards for completing simple activities.

All the perks, all in one place

Healthy habits and getting the most out of your plan aren't the only perks that come with My Rewards. For completing activities, you can **earn up to \$245 on a reloadable reward card** to spend however you want. My Rewards is included in your health plan at no additional cost. So get in on an experience that's designed to inspire and reward a healthier you.

Activities and rewards that work for you

My Rewards is designed to meet you where you're at in your health journey. Activities with rewards available are:

Get to know your online account

Make sure your account information is up to date, go paperless, and visit our new medical cost estimator tool.

Understand your plan

See what your health plan has to offer by completing tasks designed to help you better manage costs and get the most out of your health insurance.

Take charge of your preventive care

Ensure you get essential screenings and care that puts your long-term health first when you take advantage of preventive care.

Manage your medications

Connect with a clinical pharmacist who will work closely with your doctors to make sure your prescriptions are working together as they should.

Support your mental health

Mental health is just as important as physical health. Review our mental health hub, find resources to support you and your family, and help us identify what's working and areas of improvement.

Live your best life with Living Well

Complete your health assessment and activities for better physical and mental well-being.

Start earning today

No more searching around for your plan incentives. My Rewards has everything in one easy-to-find place. Sign in to your account at **healthpartners.com** and click on the trophy icon at the top of the page to access My Rewards. Check back regularly to see if new rewards are available!

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.
- Surtir medicamentos con recetas extraviadas.
- Encontrar a 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.

Ahorre a lo grande mostrando su identificación de miembro en los comercios 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

Programa Active&Fit Direct™

Ofrece acceso a más de 12,000 centros de acondicionamiento físico en todo el país y más de 9,000 videos de acondicionamiento físico a demanda por una tarifa mensual fija.

Vea en qué puede ahorrar

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



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



Omada[®] FAQ

To learn more and get started, visit
omadahealth.com/roseville

Thanks for helping get the word out about Omada. This document is designed to help you answer common questions. More information can be found at support.omadahealth.com

What is Omada?

Omada[®] is a personalized program that empowers you to achieve your health goals. Combining data-powered human coaching, connected devices, and curriculum tailored to your specific circumstances, the program is designed to help you build healthy habits that last.

What is the application process?

Individuals interested in Omada can complete the online application to find out if they meet the clinical enrollment criteria to participate in the program (see application URL at the top of the page).

Those who complete the application and are eligible to enroll will receive an email invitation to join the Omada program.

Are family members eligible for Omada?

Yes, adult family members who are covered under the same health plan and meet the clinical enrollment criteria are eligible for Omada.

How much does it cost?

If you or your adult family members are at risk for type 2 diabetes or heart disease or are living with diabetes or high blood pressure, and enrolled in a HealthPartners[®] health plan, Roseville Area Schools will cover the entire cost of the program.

Why is the Omada program being offered?

The Omada program is being offered to help eligible individuals proactively manage their health and achieve their health goals.



How does the Omada program work?

Omada is a personalized program that surrounds you with the tools and support you need to reach your health goals, whether that's losing weight, staying on top of diabetes, lowering blood pressure, or improving overall health.

The program includes:

- **A professional health coach** for ongoing one-on-one guidance. Coaches are trained to help participants with their health goals and conditions in ways that work for them.
- **Connected devices** (scale, blood pressure monitor, and/or glucose meter) automatically synced to a participant's private account.
- **Weekly online lessons** to help participants explore physical, social, and psychological components of healthy living, including the essential knowledge and skills to self-manage conditions like diabetes and hypertension.
- **A small online community** of peers with similar health conditions for real-time encouragement, sharing, and support.

Participants who are living with diabetes will gain additional condition-specific support from the coach, peers, lessons, and more. Omada helps participants thrive with their medication plans, remotely track blood glucose levels, manage highs and lows, and more.

How is the Omada program structured?

Omada presents a new area of focus each week, covering topics relevant to a participant's health, whether that's changing food habits, getting active, monitoring blood pressure, learning from challenging situations, or learning how to manage glucose levels. The weekly topic is supported by an interactive lesson, conversation with a personal health coach, and other program features.

In addition to this underlying framework, coaches can work with participants to identify areas that they want to work on: everything from understanding blood glucose numbers to checking blood pressure using the right technique, to engaging family and friends to help support them in making changes.

These personalized features can help participants achieve and sustain their unique health goals one step at a time.

Do participants get to keep the tools after the Omada program ends?

Yes, all the devices that are provided by Omada during the program are meant for participants to keep.

What privacy measures are in place?

As a healthcare company, Omada takes security and participant privacy very seriously, and operates in accordance with all applicable privacy and data protection laws. The company employs rigorous physical, technical and administrative controls to protect personal information. You can learn more about Omada's use and protection of personal information by reading the [Privacy Policy](#) and [Terms of Use](#).

What personal information will be shared with a participant's group?

Group members can see each other's photo, first name, hometown, and introduction note. Concerning progress through the program, others in the group can see when a participant last logged in, their lesson completion progress, and a progress bar that measures weight loss as a percentage without sharing actual weight. No one in the group will be able to see a participant's private information such as weight or last name.

What are the specific steps involved in getting started?

Here's what interested individuals can expect.

1. Visit their organization's Omada application webpage (see page 1 for the URL).
2. Click the button to complete a brief application.
3. Individuals will receive an email from support@omadahealth.com within 2 business days letting them know if they're accepted. If accepted, the email will provide instructions on setting up their Omada account online.
4. Participants can set up their account on their own time. No strict deadline, but the sooner they set up, the sooner they can start.
5. Within a few weeks of completing account setup, participants receive a welcome kit in the mail with their scale.
6. Groups kick off each Sunday. This entails an introductory online message from the coach, the first lesson being "unlocked," and access to the group message board. (Please be advised that Omada may choose not to kick off new groups on the Sundays before or after major U.S. holidays when those holidays may interfere significantly with shipping or group momentum.)

What if individuals have questions?

If at any point in the process someone has questions about the status of their application or account, they can email support@omadahealth.com, call (888) 409-8687, or check out our help center articles at support.omadahealth.com.

The most common cause of confusion is that people have not seen their emails from Omada, so they may want to start by checking their inbox and spam folder for emails from the @omadahealth.com domain.



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

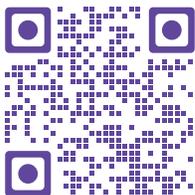
HealthPartners lleva a cabo las revisiones sobre necesidad médica para servicios exclusivos. Estas revisiones garantizan que nuestros miembros reciban una atención segura y eficaz alineada con la cobertura descrita en el contrato del miembro. Las revisiones sobre necesidad médica pueden realizarse antes 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**.



Mantengámonos en contacto

Facilitamos la conexión y la gestión de su plan. Si usted ya posee una tarjeta de identificación de miembro, ahora es un excelente momento para crear su cuenta en línea y descargar la aplicación móvil.



Cree o inicie sesión en su cuenta para acceder a los detalles de sus beneficios, comparar costos y médicos, revisar reclamos y más. Apunte la cámara de su teléfono inteligente a este código para empezar. O visite **healthpartners.com/myplan**. Y como siempre, no dude en llamarnos si tiene alguna pregunta.

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