



Aetna Better HealthSM Premier Plan



Visión clara

Invierno 2018

Nos importa su visión

Su vista es una parte importante de su salud. El buen cuidado ocular es una forma de mantenerse saludable. Como miembro de Aetna Better Health, tiene beneficios oftalmológicos. Esto significa que puede recibir servicios para su atención oftalmológica.

Aetna Better Health trabaja con una compañía llamada March Vision Care para que pueda acudir a diferentes tipos de proveedores (oftalmólogos). Estos proveedores de atención oftalmológica pueden ser oculistas o tiendas minoristas. Puede recibir atención oftalmológica cuando la necesite. No necesita un referido de su proveedor de atención primaria, siempre que el oculista sea participante de "la red" de Aetna Better Health.

A continuación encontrará una lista de algunos de los servicios que están cubiertos para el cuidado de sus ojos. Encontrará una lista completa en el Manual para Miembros.

- Un examen de la vista de rutina todos los años (por indicación médica)
- Un par de marcos en un período de 24 meses
- Lentes de contacto en un período de 24 meses (pero puede obtener más por indicación médica. Esto significa cuando su médico determine que los necesita).
- Dispositivos para bajo nivel de visión
- Ojo artificial personalizado

Si tiene preguntas sobre el cuidado de la vista, llame a March Vision Care al **1-844-456-2724**. También puede llamar a su Coordinador de servicios médicos o Servicios para Miembros al **1-866-600-2139**.

¡Venga a su visita anual de control de rutina!

Los exámenes anuales de rutina pueden ser una de las partes más importantes de la atención preventiva. Les otorgan a los médicos la oportunidad de detectar problemas menores antes de que se vuelvan demasiado serios.

Estos exámenes médicos no solo les brindan a los médicos la oportunidad de detectar problemas, sino que también le permiten a usted obtener importantes recomendaciones de nutrición y sobre su estilo de vida. También pueden ayudarle a encontrar

—Continúa en la siguiente página

Consejos para hablar con su médico

Usted es uno de los expertos en su propia atención médica. Ser un experto significa que tiene una buena idea de cómo se siente y qué está haciendo para mantenerse saludable (como comer la comida correcta, dormir lo suficiente, hacer más ejercicio o dejar de fumar).

Usted cuenta con un equipo de atención médica que también incluye a su médico. Sabemos lo importante que

es para usted abogar por su propia salud. Eso significa hablar con el médico y los profesionales de atención sanitaria sobre lo que le está sucediendo.

Esperamos que las siguientes preguntas le resulten útiles cuando hable con su médico. Ser franco y honesto con su médico lo ayudará a usted y a su equipo. ¡Y respaldará su bienestar!

¿Sabía que está bien hacerle preguntas a su médico? De hecho, formular preguntas es una excelente forma de aprender sobre su propia salud. Hacer

preguntas también le ayuda a tomar mejores decisiones.

Antes de ver a su médico, ponga sus metas y pensamientos por escrito. Pregúntese sobre qué problemas de salud necesita hablar con su médico. También piense en las preguntas que debe hacer.

Puede usar estas preguntas de muestra como una guía. Puede cambiarlas para que se adapten a sus propias necesidades, ¡luego, siga adelante!

1. ¿Necesitaré someterme a un análisis o tomar un medicamento?

2. Si necesito medicamentos, ¿para qué sirven?

3. ¿Cuáles son los pros y los contras del análisis o del medicamento?

4. ¿Cómo puedo mantener mi salud por el buen camino?

5. ¿Qué debo hacer desde ahora hasta nuestra próxima cita?

6. Si tengo preguntas de seguimiento, ¿cómo puedo obtener respuesta a ellas?

¿Qué es la coordinación de servicios médicos?

Usted puede decidir sobre qué tipo de atención médica recibe. Como miembro de Aetna Better Health, tiene la opción de trabajar con un Coordinador de servicios médicos para respaldarlo a usted y a sus necesidades de atención médica.

Al decidir qué necesidades de atención médica son más importantes para usted, un Coordinador de servicios médicos estará disponible para ayudarlo a alcanzar esas metas. Usted y su Coordinador de servicios médicos trabajan en equipo, junto con sus proveedores de atención médica, como su médico, hospital o centro de salud mental comunitario. También puede elegir que otras personas trabajen con usted, como un familiar o amigo.

Los Coordinadores de servicios médicos están a su disposición para ayudarlo a fin de que pueda tomar las mejores decisiones sobre lo que es importante para usted. Trabajan con usted para informarle qué tipos de servicios están disponibles y cuál es la mejor manera de recibirlos. A continuación

se detallan algunas de las cosas con las que su Coordinador de servicios médicos puede ayudarlo.

- Darle información sobre su atención médica
- Ayudarlo a encontrar un proveedor en función con sus propias necesidades
- Trabajar con su proveedor para ayudarlo a responder preguntas
- Trabajar con usted y su médico cuando reciba el alta hospitalaria

 Para obtener más información sobre cómo trabajar con un Coordinador de servicios médicos, llame a Servicios para Miembros al **1-866-600-2139**.

¡Venga a su visita anual de control de rutina!

—Continúa de la portada

a cualquier especialista que puede ser posible que necesite consultar.

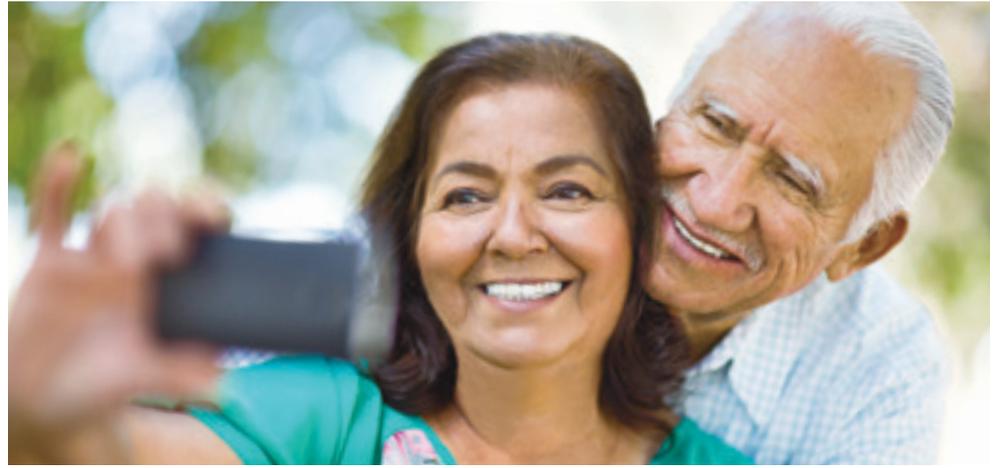
Estos exámenes médicos pueden ayudar a resolver dolores y molestias crónicos, lo que puede resultar en una movilidad más fácil, la capacidad de dormir correctamente y brindar mayor comodidad en general.

¡Llame hoy a Servicios para Miembros al **1-866-600-2139** para obtener ayuda con la programación de su visita anual de control de rutina!

No hay cambios en su cobertura

Queremos recordarle que no hay cambios en su Plan Premier de Aetna Better Health.

Es posible que haya escuchado que algunas personas inscritas en ciertos programas verán cambios en sus beneficios en 2018. Estos cambios no se aplican a usted como afiliado del Plan Premier de Aetna Better Health. Seguimos comprometidos con usted y su salud. Su cobertura no cambiará. El estado (Healthcare and Family Services) está enviando cartas a aquellos que se ven afectados por este cambio. Usted no debe esperar recibir una carta. Si desea formular alguna consulta, comuníquese con su Coordinador de servicios médicos o con Servicios para Miembros al **1-866-600-2139**.



¿Qué significa este cambio para mí?

Este cambio no afecta el programa del Plan Premier de Aetna Better Health. No habrá cambios en sus beneficios o cobertura.

¿Qué debería hacer?

No es necesario que realice ninguna acción. Sus beneficios continuarán sin interrupción alguna.

Recibí una carta del estado, ¿qué debería hacer?

Si recibe una carta del estado por error, comuníquese con su Coordinador de servicios médicos o con Servicios para afiliados al **1-866-600-2139**. Pueden ayudar a corregir el error para que no haya cambios en sus beneficios. También puede ponerse en contacto con Servicios de inscripción al **1-877-912-8880**.

¡Hágase oír! Únase al Consejo de Asesoría para Miembros

Usted es uno de los expertos en su propia atención médica. Juntos, usted trabaja con su equipo de atención médica formado por su médico, especialista, el Coordinador de servicios médicos de Aetna Better Health y otros respaldos (como su familia y amigos). Usted es un miembro facultado de este equipo. Esto significa que puede tomar un papel activo en las decisiones de su atención médica.

Cuando está facultado, significa que es más fuerte y se encuentra más seguro. También puede significar que conoce sus derechos. En los boletines informativos anteriores hablamos sobre muchas formas diferentes de verse facultado. Hoy, vamos a analizar una forma de utilizar su voz a través del Consejo de Asesoría para Miembros (MAC, por sus siglas en inglés) de Aetna Better Health.

¿Quién forma parte del MAC?

- Miembros de Aetna Better Health
- Familiar o cuidador de un miembro
- Organizaciones comunitarias que trabajan con los miembros

¿Qué hace el MAC?

- ✓ Comparte ideas
- ✓ Da ejemplos de lo que está funcionando bien
- ✓ Analiza lo que se puede mejorar

¿Quién decide lo que se debate en la reunión (la agenda)?

- Los miembros del Consejo deciden la agenda

¿Qué pasa durante la reunión y después?

- El personal de Aetna Better Health escucha lo que es importante para los miembros
- El personal de Aetna Better Health informa al Consejo sobre cualquier cambio que se haya realizado en función de las ideas sobre las que habló el Consejo

¿Quiere hacerse oír?

Para obtener más información sobre cómo unirse al MAC, comuníquese con su Coordinador de servicios médicos o con Servicios para Miembros al **1-866-600-2139**.

Consejos para hacerse cargo de su propia salud

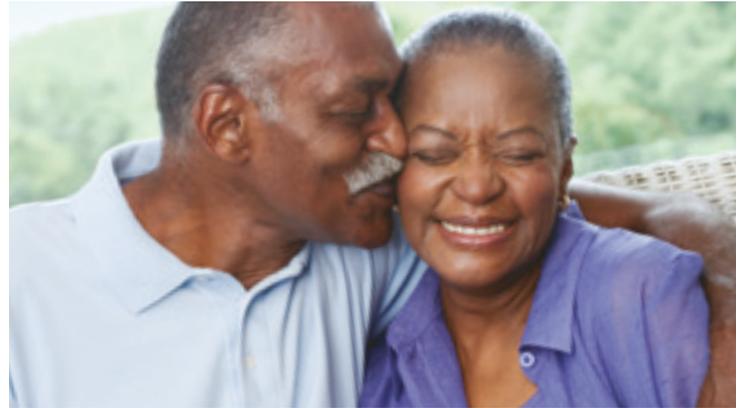
A continuación verá algunos consejos que puede usar si lo considera apropiado. También le dará una mejor comprensión de su propia atención médica.

Su proveedor de atención primaria:

- Puede ser su médico de cabecera.
- Su médico de cabecera es el primer recurso al que acude para recibir la atención que necesita para mantenerse saludable.
- Visite a su médico al menos una vez al año, o con más frecuencia si tiene un problema de salud.
- Si no es una emergencia, puede llamar a su médico primero para programar una cita.

Visite un centro de atención de urgencia:

- Si necesita atención médica rápidamente y su médico no está disponible.
- Si el tratamiento de su afección es urgente (no es una emergencia) y no puede obtener una cita con su médico.
- Si tiene lesiones leves a moderadas.



Sala de emergencias (ER):

- Úsela solo para enfermedades y lesiones que exigen atención de emergencia inmediata.
- Puede usarse para atención médica, quirúrgica o psiquiátrica en el caso de una emergencia.

Si desea obtener más información sobre cómo encontrar un proveedor de atención primaria o un centro de atención de urgencia, llame a su Coordinador de servicios médicos o Servicios para Miembros al **1-866-600-2139**.

¡Teléfonos inteligentes sin costo para usted!

Es posible que reúna los requisitos para obtener un teléfono inteligente, minutos de llamada, datos y mensajes de texto ilimitados.

Un teléfono inteligente incluyendo minutos y datos por mes puede hacer una gran diferencia para cualquier persona que tenga problemas financieros para llegar al fin de mes. Todos deben poder conectarse con los trabajos, los servicios de emergencia y su familia. Es por eso que Aetna Better Health of Illinois ofrece el programa de teléfono móvil Lifeline para nuestros miembros.

Como miembro de Aetna Better Health of Illinois,

queremos ayudarlo a mantenerse en contacto con familiares, amigos y proveedores de atención médica. Los miembros que reúnen los requisitos pueden solicitar un plan de servicio telefónico o teléfono inteligente sin costo a través del programa Lifeline del gobierno.¹ Esto incluye ayudas adicionales para el cuidado de su salud, incluidos recordatorios de salud y consejos por mensaje de texto.

Elija su plan sin costo

1. ¿Necesita un teléfono inteligente? Es posible que reúna los requisitos para un teléfono inteligente Android sin costo

(incluye datos, llamadas y textos ilimitados).

2. Conserve su propio teléfono y elija un programa de servicio solamente sin costo (incluye datos, llamadas y textos ilimitados).

Obtenga ayudas adicionales para el cuidado de su salud y la de su familia

- Consejos de salud y recordatorios por mensaje de texto
- Envíe mensajes de texto personalizados a su equipo de atención médica
- Llamadas ilimitadas a nuestro equipo de Servicios para Miembros

¿Ya tiene Lifeline? Aun es posible que pueda actualizar su teléfono dependiendo de

cuánto tiempo haya tenido su servicio.²

Para obtener más información, visite el sitio web **aetnabetterhealth.com/illinois**.

¹Lifeline es un programa de asistencia del gobierno; el servicio no es transferible; solo los consumidores elegibles pueden inscribirse en el programa; y el programa está limitado a un descuento por hogar.

²Si tiene servicios de voz o de texto por medio de Lifeline, solo puede actualizar a uno de estos planes si su servicio se activó hace más de 60 días. Si tiene un plan de datos de Lifeline con más de 500MB, solo puede actualizar el plan si se activó hace más de 12 meses.

Para una versión más saludable de usted

Una herramienta de bienestar fácil de usar

Merece llevar una vida sana. Y podemos ayudarle. MyActiveHealth es una manera fácil de hacerse cargo de su salud. De modo que pueda sentirse mejor, por más tiempo. Y como miembro de su plan de salud, obtendrá MyActiveHealth sin costo.

Es muy fácil comenzar. Y solo requiere unos pocos pasos simples. Primero, regístrese en la sección "Aetna Better Health IL Member Portal" (Portal para miembros de IL de Aetna Better Health) del sitio web de su plan de salud. Una vez que haya iniciado sesión, vaya a "Tasks" (Tareas) y seleccione "Manage My Health" (Gestionar mi salud). Desde esta página, podrá tener acceso a las herramientas de MyActiveHealth e inscribirse para obtener una cuenta nueva.

Todos los recursos y el respaldo que necesita para cumplir sus metas de salud

Una vez que tenga una cuenta, obtendrá acceso seguro a todos los servicios de MyActiveHealth. En los siguientes recursos encontrará:

- **Encuestas y registros de salud:** ayuda para mantener un registro de su historial médico. Obtendrá sugerencias para tener una vida saludable en función de sus respuestas a la Evaluación de salud, y esta información se puede utilizar para mejorar su salud en general.

- **Videos y podcasts:** aprenda más sobre su salud y otros temas de bienestar. Y obtenga información sobre los recursos ofrecidos por su plan de salud.
- **Programas de estilo de vida saludable:** programas ofrecidos a través de Aetna Better Health of IL. Podrá obtener la asesoría que necesita para alcanzar sus metas. Los programas incluyen: dejar de fumar, comer saludable, controlar el estrés y más.

También puede acceder a MyActiveHealth a través de su teléfono inteligente. Solo visite **myactivehealth.com/illinois**. Si no tiene acceso a una computadora, puede llamar a MyActiveHealth al **1-855-231-3716** para obtener ayuda con el portal. Puede imprimir una copia de su Evaluación de salud, afecciones de salud o temas de bienestar.

¿Desea formular alguna consulta? Aetna Better Health of IL está aquí para ayudarle

MyActiveHealth es una forma sencilla de llevar una vida saludable. Para obtener más información, simplemente llame a su Coordinador de servicios médicos de Aetna Better Health of IL o a Servicios para Miembros de Aetna Better Health of IL al **1-866-600-2139**.

Contáctenos



Aetna Better HealthSM Premier Plan
333 W. Wacker Drive, Suite 2100, MC F646
Chicago, IL 60606



Las 24 horas del día
Servicios para Miembros: **1-866-600-2139**
aetnabetterhealth.com/illinois

 Esto es información general sobre la salud que no debe reemplazar el asesoramiento o la atención que recibe de su proveedor. Siempre consulte a su proveedor sobre sus necesidades de atención médica personales. • Los artículos de nuestro boletín informativo están dirigidos a muchas personas diferentes. Escribimos artículos sobre diferentes clases de problemas médicos cuya información le interesa a la gente. Estos artículos podrían no ser sobre problemas médicos que usted tiene. • El Plan Premier de Aetna Better HealthSM (Plan Medicare-Medicaid) es un plan de salud con contratos con Medicare y Medicaid de Illinois para proporcionar los beneficios de ambos programas a los afiliados. Puede obtener este documento en inglés, o hablar gratuitamente con alguien sobre esta información en otros idiomas. Llame a Servicios para Miembros al **1-866-600-2139** y TTY/TDD es **711**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. La llamada es gratis. • La información sobre los beneficios suministrada es un resumen breve, no una descripción completa de los beneficios. Es posible que se apliquen limitaciones y restricciones. Para obtener más información, llame a Servicios para Miembros del Plan Premier de Aetna Better HealthSM al **1-866-600-2139** o lea el Manual para Miembros del Plan Premier de Aetna Better HealthSM. Los beneficios, la lista de medicamentos cubiertos y las redes de proveedores y farmacias pueden cambiar de vez en cuando a lo largo del año y el 1 de enero de cada año.

IL-17-09-07