

# el bienestar y usted

Boletín informativo para miembros de Planes de Necesidades Especiales de Doble Elegibilidad (D-SNP) de Aetna®

## SALUDABLE TODO EL AÑO

## Conozca a su equipo de cuidado de Aetna

### Estimado/a <First Name>:

¿Sabía que cuenta con un equipo de cuidado que está a su disposición para ayudarlo a obtener el cuidado adecuado para sus necesidades? Este equipo de trabajadores exclusivos del cuidado de la salud puede incluir:

### Enfermero administrador de cuidado

Su administrador de cuidado es un enfermero registrado. Este puede ayudarlo a elaborar un plan de cuidado completo que satisfaga sus necesidades de salud. Además, puede ayudarlo a implementar el plan con su proveedor de cuidado primario (PCP).

### Trabajador social

El trabajador social lo ayuda con las necesidades básicas que afectan su salud, por ejemplo:

- Vivienda
- Servicios públicos
- Alimentos saludables

### Coordinador de cuidado

El coordinador de cuidado conoce sus beneficios del D-SNP y puede ayudarlo a



aprovecharlos al máximo. Estos son algunos ejemplos de cómo puede ayudar:

- Programar una cita médica.
- Obtener autorización para un equipo médico domiciliario y medicamentos.

### Defensor de miembros

Los defensores de miembros están bien informados sobre Medicaid. Pueden ayudarlo a solicitar los beneficios de Medicaid o a renovar la certificación.

### Farmacéutico

Al menos una vez al año, este miembro del equipo

revisará sus medicamentos y le recomendará cambios (si fueran necesarios) a su PCP.

### Administrador de cuidado de salud emocional y psicológica

La salud mental es tan importante como la salud física. Este miembro del equipo de cuidado puede ayudarlo a obtener apoyo para la salud emocional y psicológica (mental) si lo necesita o cuando lo necesita.



### ¿Está listo para conocer a su equipo de cuidado?

Llámele hoy mismo al **1-855-463-0933 (TTY: 711)** de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m. (hora del Este), para obtener más información.

# Tres formas sencillas de seguir una rutina para tomar los medicamentos

Con tanto para recordar todos los días, no es de extrañar que a veces olvidemos tomar nuestros medicamentos. Si tiene dificultades para tomar sus medicamentos, es importante que hable con el médico. Juntos pueden idear soluciones. Presentamos tres estrategias de administración de medicamentos que puede probar.



## ✓ Infórmele al médico sobre los efectos secundarios

Los efectos secundarios, como los dolores de cabeza y las náuseas, también pueden hacer que las personas dejen de tomar sus medicamentos. Si tiene efectos secundarios relacionados con los medicamentos, hable con su médico. Quizá pueda cambiar la dosis o el tipo de medicamento.

## ✓ Tenga un cuadro de medicamentos

Existen miles de dispositivos y aplicaciones para teléfonos inteligentes que pueden ayudar a que recuerde tomar los medicamentos. Sin embargo, una simple tabla de medicamentos pegada en el refrigerador a menudo funciona. Escriba en la tabla cuándo debe tomar cada medicamento (por ejemplo, en la mañana, en la tarde o en la noche), la dosis y un motivo rápido por el que lo toma.

## ✓ Use un organizador de píldoras

Algunos organizadores de píldoras tienen secciones para varias dosis en diferentes momentos del día (por ejemplo, en la mañana o en la noche). Algunos incluso tienen funciones de alarma, entonces pueden recordarle que debe tomar una dosis.



### ¿Va a comprar alimentos? Lea esto primero.

Puede usar el monto de beneficio mensual (monto permitido) de su tarjeta de beneficios adicionales de Aetna® Medicare para pagar determinados gastos de la vida cotidiana, como alimentos saludables y ciertos artículos de salud y bienestar sin receta. Llame a Servicios al Cliente, al **1-855-463-0933 (TTY: 711)** de 8:00 a. m. a 8:00 p. m. (hora del Este), los 7 días de la semana para obtener más información. Se habla español.



Visite [aetna.com/8-sep24](https://aetna.com/8-sep24) para obtener más información sobre la tarjeta de beneficios adicionales. O bien, escanee este código QR con la cámara de un teléfono inteligente o una tableta.

## LOS BENEFICIOS EN PRIMER PLANO

# Alégrese con estos 5 valiosos beneficios de los D-SNP

A medida que nos acercamos al final del año, queremos asegurarnos de que use todos los beneficios y los servicios valiosos que le ofrece su plan de Aetna®. ¿Necesita inspiración? Eche un vistazo a estos útiles beneficios diseñados para ayudarlo a estar saludable.



### 1 Tarjeta de beneficios adicionales

Puede usar el monto de beneficio mensual (monto permitido) de su tarjeta de beneficios adicionales para pagar determinados gastos de la vida cotidiana, como alimentos saludables y ciertos artículos de salud y bienestar sin receta.

### 2 Copago de \$0

Los medicamentos de la Parte D cubiertos tienen un copago de \$0 en farmacias de la red. Gracias a que no tiene que pagar ningún costo por los medicamentos con receta, le resultará más fácil tener sus medicamentos a mano... y su dinero en la billetera.

### 3 SilverSneakers®

No tiene que gastar dinero en la membresía de un gimnasio. Los miembros de Aetna tienen cubierto un beneficio de bienestar físico a través de

SilverSneakers® que puede usarse para clases de gimnasia presenciales o en línea. Visite [SilverSneakers.com/GetStarted](https://www.silver-sneakers.com/GetStarted) para obtener más información.

### 4 Citas cubiertas

Mantenerse al día con los exámenes y las vacunas es fundamental para la salud. No se preocupe por pagar las vacunas contra la influenza, los controles anuales, y los exámenes de la audición y de la vista: están cubiertos por su plan sin costo adicional.

### 5 Monto permitido para la prevención de caídas

Obtiene un monto permitido anual que puede usar para comprar productos de seguridad para la prevención de caídas, como barras de agarre y alfombras de baño antideslizantes. Para obtener más información, llame a Servicios al Cliente.

## Busque la Notificación anual de cambios

El período de inscripción anual (AEP) es un momento del año durante el cual puede inscribirse en un plan de seguro médico. **La buena noticia es que si está conforme con su plan y todos los beneficios del D-SNP, no tiene que hacer nada:** Su plan se renovará automáticamente el 1.º de enero.

Esté atento a la *Notificación anual de cambios* (ANOC). Allí se le informará de qué manera su plan cambiará. ¿Tiene preguntas? Nos complacerá responderlas. Llame a Servicios al Cliente, al **1-855-463-0933 (TTY: 711)** de 8:00 a. m. a 8:00 p. m. (hora del Este), los 7 días de la semana.

**¿Desea obtener más información sobre sus beneficios?** El personal de Servicios al Cliente está listo para responder sus preguntas. Llame al **1-855-463-0933 (TTY: 711)** de 8:00 a. m. a 8:00 p. m., los 7 días de la semana. Visite [AetnaBetterHealth.com/MiDSNP](https://www.aetna.com/BetterHealth.com/MiDSNP) para obtener más información.

## Información sobre salud y bienestar o prevención

¿Tiene preguntas o inquietudes sobre su salud y bienestar? Llame a su equipo de cuidado al **1-855-463-0933 (TTY: 711)** de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m. (hora del Este). O bien, visite **AetnaBetterHealth.com/MiDSNP** para obtener más información.

## ¿Lo sabía?



Usted cuenta con un equipo exclusivo de cuidado que está a su disposición para ayudarlo a obtener el mejor cuidado de salud posible.



Queremos que aproveche todos los beneficios de su plan. Eche un vistazo e inspírese.



Existen trucos sencillos para seguir una rutina para tomar los medicamentos.



**Obtenga más información aquí**

Consulte la *Evidencia de cobertura* para obtener una descripción completa de los beneficios, las exclusiones, las limitaciones y las condiciones de cobertura del plan. Las características y la disponibilidad de los planes pueden variar según el área de servicio. Este material tiene solamente propósitos informativos y no constituye asesoramiento médico. Los programas de información sobre la salud brindan información general sobre la salud y no sustituyen el diagnóstico ni el tratamiento suministrados por un médico u otro profesional del cuidado de la salud. Comuníquese con un profesional del cuidado de la salud si tiene preguntas o inquietudes sobre necesidades específicas de cuidado de salud. Los proveedores son contratistas independientes y no son agentes de Aetna. La participación de los proveedores puede cambiar sin previo aviso. Aetna no proporciona servicios de cuidado de salud y, consecuentemente, no puede garantizar ningún resultado ni prever ninguna consecuencia. No se puede garantizar la disponibilidad de ningún proveedor en particular, y está sujeta a cambios. Aunque creemos que la información es correcta en la fecha de elaboración, está sujeta a cambios. Para obtener más información sobre los planes de Aetna, visite nuestro sitio web. Los proveedores del cuidado de la salud participantes son contratistas independientes y no son empleados ni agentes de Aetna. No se puede garantizar la disponibilidad de ningún proveedor en particular, y la composición de la red de proveedores está sujeta a cambios. Si su tarjeta de beneficios adicionales del plan incluye la posibilidad de que los saldos se transfieran, el monto no utilizado se transferirá al siguiente mes. El monto mensual puede transferirse hasta que termina el año del plan, pero no se transfiere al próximo año del plan. SilverSneakers es una marca registrada de Tivity Health, Inc. © 2024 Tivity Health, Inc. Todos los derechos reservados.