Aspire Advocate

NÚMERO 7 — INVIERNO 2019

Estimado miembro,

Estamos celebrando 5 años de brindar Medicare Advantage al Condado de Monterey. Y estamos creciendo. Le debemos a usted nuestro agradecimiento por ello. Usted y muchos otros han decidido confiar en nosotros para atender sus necesidades de cuidados de salud. Queremos agradecerle sinceramente por ser un miembro valioso del plan Aspire Health.

También queremos prometerle que estamos comprometidos en servirle. Ofrecemos una gama completa de servicios de salud, y coordinamos el acceso a ellos de la manera más fácil para usted. Los servicios de salud son suficientemente complicados; sabemos que lo último que usted necesita es más complejidad en su cobertura del seguro.

En base a las encuestas a clientes y una amplia gama de medidas del gobierno, nos enorgullece anunciar que Aspire ha sido calificado con 4 de 5 estrellas por los centros de Medicare y servicios de Medicaid para 2019. Esta es una indicación de su satisfacción con nuestros servicios, el acceso a la atención cuándo y dónde la necesita, la calidad del servicio que recibe y muchos otros componentes. Sólo 25 por ciento de los planes de Medicare Advantage en el país alcanzaron 4 estrellas o más este año. Celebramos esto junto con usted y estamos conscientes de que debemos continuar ganándonos su confianza y satisfacción cada día con nuestro servicio. Por eso le invitamos a que nos dé su retroalimentación y queremos que nos haga saber cuando las cosas no cumplen con sus expectativas y/o cuando vea áreas en las que podamos mejorar su experiencia.

Pensando en esto, tocamos varios temas en esta edición del *Aspire Advocate* que esperamos sean informativos y útiles en medida que entramos en 2019.

Gracias por su confianza en Aspire. Estamos felices de trabajar tomando en cuenta sus intereses para ayudarle a alcanzar y mantener su mejor estado de salud. Una de las mejores cosas que puede hacer por Aspire es recomendar Aspire a un amigo. Nos encantará presentarles sus opciones.

Atentamente y en buena salud,
Scott Kelly, Director de Operaciones
Aspire Health Plan

CONTENIDO

» **Explicación de sus beneficios de farmacia** (“MTM”, pedido por correo, transición de medicamentos)

» **Evaluación de estrellas** Evaluación de la calidad del plan de salud

» **¿Quién llama?** Las organizaciones asociadas con Aspire se pondrán en contacto con usted

» **Rincón de Asesoramiento** Asesoramiento de salud, programas de diabetes

» **Preguntas más frecuentes**

» **Beneficios mejorados** No es demasiado tarde para inscribirse

» **Próximos eventos**

ASPIRE HEALTH PLAN

en colaboración con

Community Hospital of the Monterey Peninsula
Montage Health

Salinas Valley Memorial Healthcare System

Rincón de Asesoramiento

con Natalie Plinneke de Community Health Innovation, Asesor de Salud, DTR

"Quiero ser más saludable, pero es muy difícil empezar. La vida se interpone en el camino."

"Mi médico me dijo que necesito bajar de peso para reducir mis riesgos de salud, pero he tratado todo. Perder peso parece imposible."

¿Le son familiares estos pensamientos? Tal vez los ha tenido usted mismo o ha escuchado a algún miembro de la familia decir algo similar. En conclusión: **Alimentarse mejor, hacer más ejercicio y aprender a gestionar mejor su salud pueden ser un reto. Aspire Health Plan está aquí para ayudarle.**

Entendemos que lo que le funciona a una persona no siempre le funciona a otra. Es importante adaptar un plan que funcionará a largo plazo, más que crear un enfoque de "el mismo plan para todos" que puede ser difícil de mantener. Con el aumento en la prevalencia de condiciones crónicas como la diabetes y prediabetes en el Condado de Monterey y en todo el país, no hay mejor momento que hoy para enfocarse en su salud y bienestar.

Como miembro del plan de salud Aspire, tiene acceso a una variedad de programas diseñados para ayudarle a alcanzar sus metas de salud individuales. Con opciones de apoyo telefónico, en línea y en persona, estos programas ofrecen la oportunidad de asociarse con un entrenador de salud que trabajará con usted para fomentar que le rinda cuentas, se motive y tenga la información que necesite para tener éxito.

PROGRAMAS DISPONIBLES:

El Programa de Prevención de Diabetes se ofrece en persona a través de YMCA o en línea a través de Omada.

- **YMCA**
  - » Este programa de un año consta de 25 sesiones y es dirigido por un entrenador de estilo de vida capacitado. Usted se reunirá en grupos pequeños (no más de 15 personas) para aprender sobre los cambios para un estilo de vida saludable.
  - » Está disponible para los miembros de Aspire Health Plan sin costo alguno e incluye una membresía al YMCA para adulto.
- **Omada**
  - » Un programa para cambio de estilo de vida que inspira a tener hábitos sanos que perduren. Recibirá una báscula inteligente inalámbrica, lecciones semanales en línea, un participación en grupos pequeños e interacción con un entrenador profesional de salud.
  - » Disponible para miembros elegibles de Aspire Health Plan sin costo — un valor de $650. Realice hoy una prueba de salud de un minuto para ver si es elegible: www.omadahealth.com/aspire

Programa de Asesoría de Salud: ofrece consultas telefónicas personales con un entrenador profesional de salud de acuerdo a su horario. Su entrenador, capacitado en la gestión de condiciones crónicas, salud preventiva y bienestar, trabaja con usted para fijar metas, resolver problemas y formular un plan de vida saludable. No hay requisitos de elegibilidad; está disponible sin costo para todos los miembros de Aspire Health Plan.

Silver&Fit™ — NUEVO beneficio de acondicionamiento físico empezando en 2019

Un programa diseñado para mantenerlo en movimiento y sintiéndose fuerte. Escoja entre dos opciones:

- **Acceso a gimnasios**. Pague una cuota anual de membresía de $25 y obtenga acceso a una variedad de gimnasios, incluyendo Montage Wellness Center, Curves®, Fit Republic, Gold's Gym®, In-Shape®, Snap Fitness™, y más
- **Kits de condicionamiento físico en el hogar.** Pague $10 por dos kits de ejercicios en casa (hay 34 kits disponibles) incluyendo ejercicios en silla, yoga, cardio, barre, tai chi y muchos más

También incluye sin costo: temas sobre envejecimiento saludable en línea o por correo, boletín informativo de Silver Slate cuatro veces al año, y la oportunidad de dar seguimiento a su condición física en el sitio de internet de Silver&Fit™, para obtener premios.

Los miembros de Aspire ahora tienen acceso a Montage Wellness Centers a través del beneficio Silver&Fit™.

¿Aún necesita Beneficios Mejorados?

No es demasiado tarde para inscribirse en el paquete de Beneficios Mejorados. **La fecha límite para que sea efectivo el 1 de marzo es el 28 de febrero.**

Los Beneficios Mejorados son opcionales y puede agregar beneficios adicionales por una prima mensual adicional. Este año Aspire ofrece a nuestros miembros dos opciones para sus Beneficios Mejorados.

Opción A es de $44.90 mensuales e incluye beneficios integrales dentales y de visión.

Opción B es de $49.90 mensuales e incluye dental, visión, audición, transporte adicional y comidas a domicilio después de una al alta hospitalaria.

Revise sus opciones en línea en **www.aspirehealthplan.org/plans-rates/important-plan-documents.php**

O, llame a Servicios a Miembros al (855) 570-1600, TTY 711 y pida que le envíen una solicitud de Beneficios Mejorados a su domicilio.

Próximamente llegarán encuestas sobre la experiencia de los miembros

Cada año se envían encuestas a miembros del Aspire Health Plan seleccionados al azar preguntándoles sobre el plan de salud y los servicios de cuidados de salud recibidos. Estas encuestas se llaman la Encuesta de Evaluación del Consumidor de Proveedores de Cuidados y Sistemas de salud (CAHPS, por sus siglas en inglés) y la Encuesta de Resultados de Salud (HOS, por sus siglas en inglés), llevadas a cabo por nuestro socio DataStat, Inc.

A los planes de salud se les dan calificaciones en estrellas en base a varias medidas de eficiencia, incluyendo las respuestas de los miembros en las encuestas. **Puede ayudar tan solo al llenar la encuesta anónima y dándonos su retroalimentación sincera. Esto ayuda a Aspire a saber cómo estamos ayudando a los miembros a obtener el cuidado que necesitan.**

La retroalimentación de los miembros en el pasado nos ha ayudado a hacer cambios importantes para simplificar la forma en que obtiene el cuidado que necesita cuando lo necesita. Su retroalimentación, tanto positiva como negativa, nos ayuda a mantenernos conectados con lo que es más importante para usted. **Si recibe una encuesta, por favor contéstela y devuélvala. Su opinión hace una diferencia. Queremos saber de usted.**

No es necesario que espere a recibir una encuesta.

Siempre puede llamar a Servicios a Miembros para darnos su retroalimentación.

(855) 570-1600

Se necesita de toda una aldea: CONOZCA A NUESTROS SOCIOS

En Aspire Health Plan, nuestra meta es apoyar su bienestar con el tipo de cuidado y experiencia que usted valora y confía. Eso es mucho pedir, así es que colaboramos con los hospitales locales que usted conoce y unos cuantos socios valiosos que cuentan con experiencia en una variedad de servicios. Estos socios de confianza forman parte de un equipo de personas que tiene en mente sus mejores intereses.

Si es un nuevo miembro, seguramente completó una Evaluación de Riesgos de Salud. Si faltó cualquier información en esa evaluación, nuestro equipo de **Servicios para Miembros** le llamará. Basado en la información que usted nos proporcionó, es posible que reciba una llamada de uno de nuestros **asesores de salud** o **gerentes de atención** para analizar los programas que podrían beneficiar su salud.

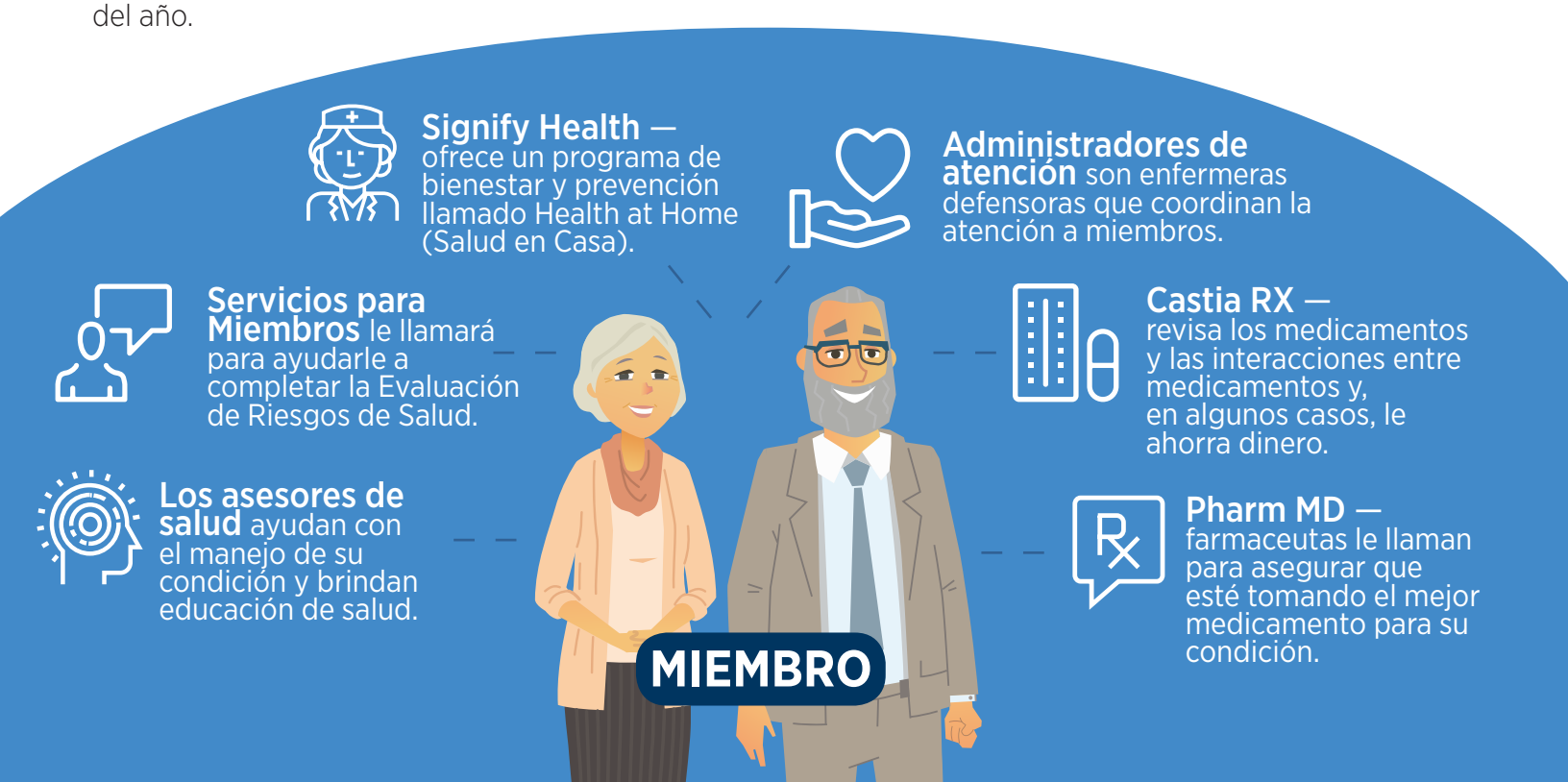
A lo largo del año, todos los miembros podrían recibir llamadas de los siguientes:
Su **médico de atención primaria (PCP)** contactará a los nuevos miembros a principios del año y a los miembros existentes más tarde en el año para agendar su visita anual de salud. Durante esta visita, su médico de atención primaria conocerá su historial médico personal y familiar para determinar cuáles son los factores de riesgo de atención médica que pueda tener para preparar un plan personalizado que aborde esos riesgos. Al programar su Visita Anual de Bienestar a principios del año, usted podrá crear un plan para hacerse los exámenes preventivos recomendados, los cuales se pueden programar para hacerse en el transcurso del año.

Aspire también se asocia con **Signify Health** para ofrecer un programa de bienestar y prevención llamado **Health at Home** (Salud en Casa). Health at Home es una evaluación en casa sin costo con un médico autorizado. Esta visita es un complemento maravilloso a la visita anual de bienestar con su médico de atención primaria.

Con el propósito de revisar sus recetas médicas, los farmaceutas y técnicos de **Pharm MD** a menudo se comunican con miembros que padecen de ciertas condiciones crónicas; queremos asegurar de que esté tomando los mejores medicamentos para sus condiciones médicas y que los está tomando según fueron recetados por su médico. Esta es una gran oportunidad para hacer preguntas y asegurarse de obtener los resultados deseados.

También nos asociamos con **CastiaRX**. Estos son farmaceutas que proporcionan gestión de terapias con medicamentos, sin costo alguno para los miembros. Ellos revisan medicamentos, responden preguntas, abordan interacciones entre medicamentos y pueden encontrar formas de reducir los costos de sus medicamentos con receta.

Todos nuestros socios de confianza se identificarán a sí mismos como representantes de Aspire Health Plan. **Si alguna vez tiene dudas sobre quién le está llamando, llame a Servicios para Miembros al (855) 570-1600, y uno de nuestros representantes podrá confirmar si la persona que llama es uno de nuestros socios.**



Rincón de farmacia

MANEJO DE TERAPIA DE MEDICAMENTOS

Manejo de Terapia de Medicamentos (MTM, por sus siglas en inglés) es un programa sin costo ofrecido por Aspire diseñado para ayudar a asegurar que los miembros están obteniendo lo mejor de sus medicamento con receta médica.

Es elegible para este programa si usted:

- Toma 7 o más medicamentos de rutina cubiertos por Medicare (parte D) en un período de 3 meses
- Tiene 3 o más condiciones que califican, como diabetes, insuficiencia cardíaca crónica (ICC), colesterol alto, depresión/salud mental, trastorno de Alzheimer o enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)
- Gasta más de $4,044 al año en medicamentos cubiertos por Medicare (Parte D)

Si cumple con esos criterios, nuestro equipo de farmacéuticos clínicos y enfermeras le dará una consulta telefónica individual. La consulta le puede ayudar a ahorrar dinero o a identificar interacciones potenciales entre los medicamentos.

Al final de su consulta le enviaremos un resumen de todo lo que se haya conversado, el cual podrá ser compartido con su doctor en su siguiente cita.

PEDIDO POR CORREO

¿Sabía que Aspire ofrece la opción de farmacia de pedidos por correo que puede ahorrarle tiempo y dinero? Si toma medicamentos a largo plazo, puede convenirle elegir que se los surtan en la farmacia de pedidos por correo. Esto le puede ahorrar tiempo, pues le llevan sus medicamentos con receta a su casa, sin la inconveniencia de tener que hacer filas o visitar su farmacia local cada mes.

Esta opción también puede ahorrarle dinero. El envío es gratuito y también puede ahorrar recibiendo un suministro trimestral por el costo de dos copagos. A la larga, estos ahorros se acumulan.

Puede gestionar sus recetas por teléfono, correo electrónico o en línea. Los especialistas farmacéuticos están disponibles las 24 horas del día, 7 días a la semana para ayudar a contestar preguntas.

Si desea recibir más información acerca de nuestra opción de farmacia de pedido por correo, llámenos al (866) 516-1121.

CONOZCA LA POLÍTICA DE TRANSICIÓN DE MEDICAMENTOS CON RECETA MÉDICA DE ASPIRE HEALTH PLAN

Como un miembro nuevo o existente de Aspire, tal vez tome medicamentos que no están en nuestro formulario de medicamentos con receta médica para 2019 o que puedan estar sujetos a ciertas restricciones. Si es así, le alentamos a que hable con su médico para decidir si sería apropiado cambiar a un medicamento que nosotros sí cubrimos. Mientras usted y su médico determinan la decisión correcta, podemos minimizar cualquier interrupción en su tratamiento permitiéndole un surtido de transición en ciertas situaciones. Podemos cubrir su medicamento con un surtido temporal mientras platica las opciones con su médico. **Nuestra política de transición aplica más comúnmente durante los primeros 90 días** de una nueva membresía o, en el caso de miembros existentes de Aspire, los primeros 90 días del año del plan 2019.

Si desea recibir más información, por favor, llámenos al
(866) 632-7958 (gratuito) | (866) 706-4757 (TTY gratuito)
las 24 horas, los 7 días de la semana

Le pedimos a nuestro equipo de Servicios a Miembros compartir las preguntas que escuchan más frecuentemente.

LAS HEMOS RECOPILADO AQUÍ, CON RESPUESTAS QUE USTED PUEDE CONSULTAR TODO EL AÑO.

¿Qué hago si tengo problemas para obtener una cita con mi médico de atención primaria?

Siempre puede llamar a Servicios a Miembros. Con mucho gusto le ayudaremos a conseguir una cita.

¿Tengo que visitar al médico de atención primaria registrado en mi tarjeta del Aspire Health Plan?

Le alentamos a que coordine todos sus cuidados a través de su médico de atención primaria (PCP). Puede cambiar su médico de atención primaria a lo largo del año llamando a Servicios a Miembros. Si su médico de atención primaria está fuera de la ciudad o no está disponible, puede ver a cualquier médico que esté en la red.

No olvide que tiene acceso a cualquier cuidado urgente o de sala de emergencias en los Estados Unidos si necesitara atención medica inmediata estando en casa o viajando.

Yo me inscribí a los Beneficios Mejorados — Opción A u Opción B y necesito ayuda para localizar a un dentista u optometrista en la red.

Hay una lista disponible de dentistas y optometristas de la red en nuestro sitio www.aspirehealthplan.org. Pulse la opción "Find a Doctor" (Encontrar un médico) y luego pulse "Dental Providers" (Proveedores dentales) o "Routine Vision Providers/Hardware" en medio de la página. También puede llamar a Servicios a Miembros y con gusto le ayudaremos a encontrar a un proveedor.

Mi médico me mandó una factura pero no estoy seguro si la cantidad que debo es la correcta. ¿Qué debo hacer?

Llame a Servicios a Miembros y contactaremos a su médico para determinar si la facturación es correcta.

Me cuesta trabajo financiar los copagos de mis medicamentos con receta. ¿Hay algún programa que pueda ayudarme?

Sí, la Administración del Seguro Social tiene un programa llamado "Extra Help" (Ayuda Extra). El programa Extra Help está disponible para personas con ingresos limitados y es posible que pueda ayudarle a pagar sus medicamentos con receta médica. Puede presentar su solicitud directamente a la Administración del Seguro Social llamando al (800) 772-1213, o en www.ssa.gov/benefits/medicare/prescriptionhelp. Si tiene dudas o necesita ayuda con la solicitud, por favor llame a Servicios a Miembros.

¿Puedo configurar mi prima mensual para que se pague automáticamente?

Sí. Por favor llame a Servicios a Miembros y con gusto le enviamos por correo un formulario que debe llenar y devolver. También puede solicitar la deducción automática del pago de su Seguridad Social llamando a Servicios a Miembros.

¿Puedo recibir material por correo electrónico?

Sí. Puede optar por recibir material como el Aspire Advocate por correo electrónico. Simplemente llame a Servicios para Miembros.

Servicios a Miembros (855) 570-1600

Próximos eventos

Conexiones Comunitarias Las clases están abiertas al público. Traiga a un amigo.

Estamos muy contentos de poder ofrecer esta clase en español:

Miércoles, 23 de enero, 10-11:30 a.m.

VIVA SU MEJOR VIDA: MANEJO DE LA DIABETES

Aprenda a gestionar su diabetes efectivamente y cómo reducir el riesgo de desarrollar complicaciones. Acompáñenos a conversar sobre alimentación saludable, los beneficios del ejercicio y cómo gestionar y analizar los niveles de glucosa en la sangre.

Montage Wellness Center, 1910 N. Davis Rd., Salinas

Hay clases adicionales disponibles en inglés.

Aprenda más en: www.aspirehealthplan.org/connections o llame a Servicios para Miembros: (877) 663-7651.
Los temas, lugares, fechas y horarios están sujetos a cambios. El cupo es limitado.

AMAMOS A NUESTROS MIEMBROS: Bienvenida a miembros nuevos y feria de recursos comunitarios.

Esperamos con gusto darles la bienvenida a nuestros miembros nuevos. Reciba respuesta a todas las preguntas de su plan y entérese de algunos recursos maravillosos disponibles en la comunidad.

Martes, 5 de febrero
Embassy Suites, Seaside

Miércoles, 6 de febrero
Steinbeck Center, Salinas

Busque su invitación en el correo, o llame a Servicios a Miembros para más información.

Boletines anteriores en:
www.aspirehealthplan.org/members-newsletter.php
Comparta sus pensamientos: feedback@aspirehealthplan.org

Denos un Like en Facebook:
facebook.com/aspirehealthplan

El programa Silver&Fit es ofrecido por American Specialty Health Fitness, Inc., subsidiaria de American Specialty Health Incorporated (ASH). Silver&Fit y *The Silver Slate* son marcas comerciales de ASH y se utilizan en el presente con permiso.

Aspire Health Plan es un patrocinador del plan HMO de Medicare Advantage con un contrato con Medicare. La inscripción al Aspire Health Plan depende de la renovación del contrato. Esta información no es una descripción completa de beneficios. Para más información llame al 1-855-570-1600 (TTY: 711). Aspire Health Plan cumple con las leyes que aplican sobre derechos civiles federales y no ejerce discriminación alguna por raza, color, origen, edad, discapacidad o género. ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-855-570-1600 (TTY: 711) 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-855-570-1600 (TTY: 711) Medicare evalúa los planes cada año en base a un sistema de clasificación de 5 estrellas. Hay otras proveedores disponibles en nuestra red. Estamos abiertos de 8 a.m. a 8. p.m. Pacífico de lunes a viernes del 1 de abril al 30 de septiembre (excepto algunos días feriados) y de 8 a.m. a 8 p.m. Pacífico los 7 días a la semana del 1 de octubre al 31 de marzo. H8764_MBR_Newsletter7_0119_M

ASPIRE HEALTH PLAN
10 Ragsdale Drive, Suite 101
Monterey, CA 93940-9933
www.aspirehealthplan.org

Información sobre Salud y Bienestar

NONPROFIT ORG
US POSTAGE
PAID
MONTEREY CA
PERMIT NO. 322

ADDRESS SERVICE REQUESTED

ASPIRE ADVOCATE

ASPIRE HEALTH PLAN

Su Medicare Advantage.
Planes todo-en-uno. Servicio excepcional.
Excelente valor.

en colaboración con

Community Hospital of the Monterey Peninsula
Montage Health

Salinas Valley Memorial Healthcare System

Crezca con nosotros

Nos encanta que nos recomienden. El mejor cumplido que puede hacerle a Aspire es recomendarlo a sus amigos y familiares. Gracias por su membresía en Aspire Health Plan. Ayúdenos a crecer compartiendo Aspire con las personas que le importan.