



Capturando la magia de los baby boomers

EDWARD CORPUS Y BOOMERS DEL CONDADO DE MONTEREY

Tenemos mucho que agradecer a los baby boomers. Definieron una era de cambio social en la década de los 60 a través de activismo como manifestaciones contra la guerra y protestas por los derechos civiles. Íconos como David Bowie, James Taylor y Bruce Springsteen han inspirado a generaciones de amantes de la música. Los boomers cambiaron para siempre la forma en que las personas trabajan, juegan y obtienen información a través de las computadoras personales Apple y el Internet. Y sin

poderosos boomers como Bill Gates y Jeff Bezos, Microsoft y Amazon no existirían.

Pero incluso con todos estos logros épicos y más, algunos tal vez consideran que los boomers ya pasaron su mejor momento. Afortunadamente, la generación de los baby boomers tiene un defensor que espera cambiar esas percepciones mal concebidas. Edward Corpus es un artista figurativo surrealista, escritor y miembro de Aspire Health

Continúa en la siguiente página

CONTENIDO



Visitas anuales de bienestar



Recibiendo atención



¿Quién le está llamando?



Retroalimentación



Cumplimiento en tomar sus medicamentos



Próximos eventos



David Deupree



Christopher Frenzen



Maria Poroy



Lee Garland

que tiene un estudio en Carmel Valley. A través de una imaginativa colección de retratos, está creando lo que ha titulado *Boomers of Monterey County*. Corpus quiere que los boomers sepan: “Ustedes son importantes para el bienestar de este país, para la historia y para mí. Merecen ser vistos y escuchados”. También quiere mostrar a las generaciones más jóvenes que tienen mucho más en común con los boomers de lo que se imaginan.

Todo esto es parte de su filosofía artística. Corpus, que también es un boomer, no se expresa solo a través de su arte. Intenta derribar barreras, cambiar el paradigma y desafiar a los espectadores a abrir sus mentes y pensar de manera diferente. Adopta lo que él llama “La terrible normalidad”, donde con el tiempo lo inaceptable se vuelve aceptado. “No quiero que la gente se sienta cómoda y entumecido”, dijo Corpus. “Quiero que mi arte sea disruptivo”.

Para ayudar a dar vida a *Boomers of Monterey County*, Corpus solicitó y recibió una generosa subvención del Arts Council for Monterey County. Dedicó un tiempo considerable a encontrar los modelos adecuados. Algunos le son recomendados y otros son amigos. Incluso solicita modelos boomers en línea. Corpus dice que tiene solo dos criterios. “Tienen que haber nacido entre 1946 y 1964 y vivir en el condado de Monterey”, dice. Una vez seleccionados, Corpus toma cientos de fotografías de cada modelo mientras los entrevista. Este proceso ayuda a crear fotografías cándidas que influyen en su visión única y producen percepciones biográficas que se convertirán en una parte importante de la eventual exposición.

Describe el estilo de pintura de este proyecto como “retratos realistas mágicos”.

Aunque los boomers que son sujetos están pintados para que sean reconocibles como en los retratos tradicionales, entreteje elementos

visuales simbólicos, místicos o surrealistas en la composición. Corpus cree que esto resalta el realismo.

Puede ver esto en acción en su retrato de David Deupree, profesor adjunto de neurobiología. Deupree se muestra como una figura heroica que mira pensativamente hacia el futuro mientras neuronas brillan y parpadean en el fondo. Para el retrato de Chris Frenzen, un profesor de matemáticas aplicadas, Frenzen está rodeado de números y ecuaciones, y parece como si hubiera llegado a una conclusión emocionante. Corpus utilizó el material de investigación matemática original de Frenzen para crear el collage de figuras matemáticas en la pintura.

Sin embargo, no todos los retratos tienen una naturaleza surrealista. El retrato de Sandra Grey, directora de Artes y Recreación de la ciudad de Seaside y miembro de Aspire, simplemente captura su corazón abierto y su espíritu amable. Corpus produce cada retrato con respecto a las identidades de sus sujetos.

Se han completado seis retratos de la serie y Corpus planea hacer nueve más. Espera exponer en una galería local a finales de este año.

¿Qué aprecia él de Aspire? “Amigos cercanos que son como mi familia desde hace mucho tiempo me recomendaron Aspire”, dijo Corpus. “Aspire comprende lo que necesito para vivir mi vida”. Y al igual que su arte, los planes Aspire Medicare son verdaderamente excepcionales y personales.

Para obtener más información sobre Edward Corpus, ver su trabajo excepcional y saber dónde y cuándo se exhibirá *Boomers of Monterey County*, visite edwardmcorpus.art



La importancia de las visitas anuales de bienestar

Aspire Health se compromete a brindarle los recursos y el apoyo que necesita para llevar una vida más saludable y plena.

Es por eso que queremos arrojar luz sobre un aspecto esencial de la atención preventiva que a menudo pasa desapercibido pero que puede tener un impacto significativo en su bienestar: la visita anual de bienestar (AWV, por sus siglas en inglés).

¿POR QUÉ PROGRAMAR SU AWV?

Las AWV están cubiertas con un **copago de \$0** para todos los miembros, una vez al año. Esto significa que puede priorizar su atención preventiva sin preocuparse por los gastos de bolsillo.

Las AWVs son más que simples chequeos de rutina; son un enfoque proactivo para gestionar su salud. Incluso si se siente perfectamente bien, estas visitas brindan una evaluación exhaustiva de su salud general. El énfasis no está sólo en tratar enfermedades, sino también en prevenirlas. Al participar en las AWVs con regularidad, obtendrá el conocimiento y las herramientas necesarias para tomar decisiones informadas sobre su salud.

CÓMO PROGRAMAR SU AWV:

Simplemente llame a su médico hoy para programar su AWV. Si necesita ayuda con la programación, nuestro equipo dedicado está aquí para ayudarlo. No dude en llamar a Servicio a Miembros al (855) 570-1600 y lo guiaremos a través del proceso.

En Aspire Health, creemos en el poder de la atención preventiva y lo invitamos a aprovechar su beneficio de AWV.

BENEFICIOS CLAVE DE LA AWV:



Detección temprana:

Las AWVs permiten a los profesionales de la salud identificar posibles problemas de salud de manera temprana, a menudo antes de que usted note los síntomas. La detección temprana puede mejorar significativamente la eficacia del tratamiento y aumentar la probabilidad de resultados exitosos.



Plan de prevención

personalizado: Durante su AWV, usted y su proveedor de atención médica crearán en colaboración un plan personalizado para abordar sus necesidades de salud personales. Este enfoque personalizado garantiza que recibirá atención y orientación adaptada para usted.



Enfoque holístico:

Las AWVs adoptan un enfoque holístico de su salud, abordando el bienestar físico, mental y social.



Reciba atención cuando la necesita

La mayoría de nosotros nos sentimos muy afortunados de vivir en el hermoso condado de Monterey, pero compartimos un problema particular que se encuentra en muchas comunidades de todo el país: no hay suficientes médicos y otros profesionales de la medicina. Esta escasez nacional está ocurriendo porque la tasa de graduación de nuevos médicos no logra mantenerse al día con las jubilaciones de médicos y las crecientes necesidades de atención médica.

El condado de Monterey enfrenta desafíos importantes al reclutar profesionales de atención médica de reemplazo debido a nuestro alto costo de vida, especialmente en la vivienda. Nuestros sistemas de salud comunitarios han abordado agresivamente este problema durante más de una década con la formación de Montage Medical Group y Salinas Valley Health Clinics, y ayudando a los consultorios privados con la contratación de médicos. Estos dos grupos médicos han reclutado con éxito proveedores en las especialidades con necesidad de uno y continuarán haciéndolo durante 2024 y más allá.

El año pasado, Aspire Health agregó 96 nuevos proveedores a nuestra red Medicare Advantage, incluidos:

15

proveedores de atención primaria

2

urólogos

50

profesionales de la salud mental

Garantice un acceso oportuno a la atención de rutina y a las visitas a especialistas:

- Programe una visita anual de bienestar preventiva en el consultorio de su médico de atención primaria. Esta visita es completamente gratuita para usted y puede ser virtual
- Antes de salir de una cita, programe su visita de seguimiento o próxima visita preventiva
- Cuando lo deriven a un especialista, pregúntele a su proveedor qué tan pronto necesita verlo y qué hacer si surgen problemas antes de ser atendido

Si necesita una cita para el mismo día o el siguiente, nuestro personal de Coordinación de Atención está aquí para ayudarlo. Si su médico de atención primaria es:

- Parte de Montage Medical Group, llame al (831) 333-3045
- Parte de Salinas Valley Health Clinics, llame al (831) 759-7072
- No está afiliado a Montage Medical Group ni a Salinas Valley Health Clinics, llame a Servicio a Miembros al (855) 570-1600

Aspire Health se compromete a ayudarlo a recibir la mejor atención posible, especialmente brindándole acceso oportuno a nuestros médicos y otros profesionales médicos. Si necesita ayuda para programar una cita, llame a Servicio a Miembros al (855) 570-1600.

¿Quién le está llamando? **SU EQUIPO DE ASPIRE HEALTH**

En Aspire Health, nos apasiona la salud y el bienestar de nuestros miembros. Sabemos que navegar por el sistema de salud a veces puede resultar complicado. Estamos aquí para ayudarle. Nuestro objetivo es ayudarlo a conectarse con las personas, los beneficios, los programas y los recursos que lo facultan para lograr su mejor salud y bienestar. En ese esfuerzo, trabajamos en equipo junto con nuestros socios de confianza.

Ya sea que sea nuevo en Aspire o miembro desde hace mucho tiempo, conocer a las personas que forman parte de su equipo lo ayudará a aprovechar al máximo su plan de beneficios. Es posible que le llamemos de vez en cuando. Aquí hay una guía útil para saber quién llama y por qué podríamos comunicarnos.



SERVICIO A MIEMBROS — Para dar seguimiento a preguntas o proporcionar información importante sobre el plan



DEFENSOR DE MIEMBROS — Para ayudarle con preguntas complejas y a navegar por el sistema de atención médica



ASESORES DE SALUD — Para ayudarle con el manejo de su condición y apoyarlo a alcanzar sus objetivos de salud



DEFENSORES DE LA SALUD — Para recordarle sobre exámenes preventivos importantes, darle seguimiento después de una visita a la sala de emergencias, ayudarlo con la coordinación de la atención y respaldar sus necesidades sociales y de salud



ADVANTMED — Un socio confiable que ofrece visitas de "Salud en el hogar" (similar a una visita de bienestar anual), en la comodidad de su hogar.



ADHERE HEALTH — Un socio confiable con farmacéuticos y profesionales de farmacia que lo llaman para asegurarse de que esté tomando el mejor medicamento para su afección y revisar los medicamentos y las interacciones entre medicamentos. En algunos casos, su revisión puede ahorrarle dinero



Su opinión hace una diferencia

MEJORAR CONTINUAMENTE SU EXPERIENCIA EN EL PLAN DE SALUD ES IMPORTANTE PARA NOSOTROS.

Los comentarios de miembros anteriores nos han ayudado a realizar cambios importantes, como ofrecer herramientas de pago en línea, beneficios de transporte y, en el año de beneficios 2024, ningún deducible de la Parte D para todos nuestros planes. El conocer su retroalimentación, tanto positiva como negativa, nos ayuda a mantenernos conectados con lo que es más importante para usted.

Para asegurarnos de satisfacer sus necesidades, los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) envían una encuesta independiente a un conjunto aleatorio de miembros de Aspire cada año.

Los planes de salud reciben calificaciones de estrellas basadas en varias medidas de desempeño, incluidas las respuestas a las encuestas de los miembros. Usted puede ayudar simplemente completando la encuesta anónima que se le envió con sus comentarios honestos. Nos ayuda a saber qué tan bien estamos ayudando a los miembros a obtener la atención que necesitan. Si recibe una encuesta, por favor contéstela y devuélvala.

Su voz marca la diferencia y queremos saber de usted. Si tiene un problema que no ha sido resuelto o desea compartir una experiencia positiva o negativa, comuníquese con Servicio a Miembros al (855) 570-1600.

Usted puede ser uno de los miembros seleccionados por CMS para recibir esta encuesta. Tenga en cuenta que sus comentarios son importantes para ayudarnos a mejorar su experiencia con el plan de salud.

La importancia de tomar sus medicamentos recetados

El tomar sus medicamentos conforme le son recetados es un aspecto crucial que a menudo se pasa por alto en el camino hacia una salud óptima. No se trata sólo de surtir una receta médica; se trata de cumplir consistentemente con los regímenes de medicamentos recetados. Al profundizar en la importancia de tomar sus medicamentos según lo recetado, descubrimos información clave para respaldar su viaje hacia la salud.

Primero, abordemos un error común: sentirse bien no equivale a estar sano. Los medicamentos recetados para afecciones crónicas como la presión arterial alta, la diabetes o el colesterol alto están formulados para controlar estas afecciones de manera efectiva, incluso si los síntomas no son evidentes de inmediato. **Omitir dosis, incluso**

cuando se siente bien, puede alterar el delicado equilibrio que brindan estos medicamentos, haciéndolos potencialmente menos efectivos con el tiempo.



Para apoyar aún más el cumplimiento con los medicamentos, en 2024 comenzamos a ofrecer una opción de suministro para 100 días disponible a través de venta minorista y pedido por correo. Esto no solo agiliza el proceso, sino que también puede generar ahorros en costos para nuestros miembros, con la conveniencia de solo dos copagos por un suministro de tres meses.

Nuestro compromiso con su salud se extiende más allá de simplemente brindar cobertura. Si tiene problemas para acceder a sus recetas, nuestro equipo dedicado de Servicio a Miembros está a solo una llamada de distancia. Nuestra prioridad es su bienestar y queremos asegurarnos de que tenga acceso sin interrupciones a sus medicamentos.

Recuerde que el cumplimiento con los medicamentos no es sólo una tarea sino un componente vital en nuestro camino hacia la salud. Usted está invirtiendo activamente en su bienestar a largo plazo al mantenerse constante con su régimen recetado.



Para aquellos que enfrentan limitaciones financieras, entendemos el desafío adicional. Si tiene dificultades para pagar sus medicamentos, no dude en comunicarse con Aspire Health. Estamos aquí para apoyarlo y podemos brindarle orientación sobre opciones como presentar una solicitud para el programa de Ayuda Extra de Medicare.

Próximos eventos



Conexiones Comunitarias

Las clases están abiertas al público. Comparta con una amistad.

MONTAGE WELLNESS CENTER, 1910 N. DAVIS ROAD, SALINAS
LOS MIÉRCOLES A LAS 10 A.M.



17 de abril
Movimiento para el bienestar



22 de mayo
Planifica y compra para el bienestar



1 de mayo
Alimentación para el bienestar



29 de mayo
Corazón saludable



8 de mayo
Encuentra calma para la mente y el cuerpo



5 de junio
Cambia tu mentalidad y rompe hábitos negativos



15 de mayo
Mueve más, vive más



12 de junio
Hábitos saludables dondequiera que vayas



26 de junio
Manejo compasivo del peso

INSCRÍBASE A ESTOS EVENTOS GRATUITOS:

www.aspirehealthplan.org/conexiones2024 or (831) 644-7490 (TTY 711)

www.aspirehealthplan.org/members-newsletters

Comparta sus pensamientos: feedback@aspirehealthplan.org



Denos un Like en Facebook:
facebook.com/aspirehealthplan

Para acomodar personas con necesidades especiales en las reuniones, llame al (855) 570-1600 (los usuarios de TTY favor de llamar al 711). Hay otros proveedores disponibles en nuestra red. Estamos abiertos de 8 a.m. a 8 p.m. hora del Pacífico, de lunes a viernes, del 1 de abril al 30 de septiembre; y de 8 a.m. a 8 p.m., los siete días de la semana, del 1 de octubre al 31 de marzo (excepto ciertos días festivos).

H8764_MBR_Newsletter28_0324_C



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

NONPROFIT ORG
US POSTAGE

PAID
MONTEREY CA
PERMIT NO. 322

ADDRESS SERVICE REQUESTED

**INFORMACIÓN DE SALUD Y
BIENESTAR O PREVENCIÓN**

DÍGALE A UN AMIGO

NOS ENCANTA QUE NOS RECOMIENDE A OTROS.

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.

