

¡Obtenga Más!

LOS PLANES SALUD HMO Y MÁS SE CENTRAN EN LA COMUNIDAD, LA DIVERSIDAD Y LOS VALORES



Una Clase de Plan de Salud Diferente

Usted se merece el máximo de su cobertura de la salud. Salud HMO y Más atiende las necesidades diversas de la comunidad del Sur de California y de los residentes como usted. Usted obtiene una cobertura de atención de salud accesible y acceso a los proveedores médicos de SIMNSA en México.



Scripps Health es una opción en San Diego

Para nuestros afiliados de San Diego, ahora ofrecemos **Scripps Health**, junto con todos los proveedores que ya se encuentran en la red Salud HMO y Más. Esto incluye acceso a **13 Clínicas Scripps HealthExpress** que brindan atención en el mismo día para afecciones y lesiones menores.

Salud HMO y Más está diseñado para la diversidad

En pocas palabras, Salud HMO y Más fue diseñado para nuestros afiliados que desean tener acceso a una cobertura de atención de salud accesible, comunitaria y eficaz. Los copagos previsibles y los proveedores culturalmente conectados hacen de Salud HMO y Más una cobertura de atención de salud de primer nivel.

La Red Salud tiene un matiz local

Usted obtiene una red centrada en la cultura, con un grupo selecto de médicos y personal capacitado para saber lo que usted espera, desea y necesita. Puede confiar en los servicios que recibe.

Encuentre proveedores de la Red Salud en estos condados:

- Kern
- Los Angeles
- Orange
- San Bernardino
- San Diego
- Riverside

Proporcionamos cobertura más allá de la frontera

Los afiliados a Salud HMO y Más y sus dependientes pueden recibir atención de parte de los médicos y centros de SIMNSA¹ en México (Tijuana y Mexicali) con copagos más bajos y sin necesidad de una remisión. Su médico de SIMNSA coordinará toda su atención en México. Los afiliados y dependientes que viven en México no pueden utilizar estos beneficios en los centros de atención de urgencia de San Diego. Para encontrar un proveedor de SIMNSA, visite SIMNSA.com o llame al Centro de Comunicación de SIMNSA al **800-424-4652**.

¹Para brindarles servicios a los afiliados a Health Net Salud HMO y Más, se ha seleccionado una red de médicos contratados por Sistemas Médicos Nacionales S.A. de C.V. (SIMNSA). Los familiares que residen en México no pueden recibir beneficios del plan de parte de proveedores de California, excepto para emergencias o atención requerida de urgencia, que están cubiertas a nivel internacional.

Características del plan que le proporcionan valor para usted

Salud HMO y Más es un plan de salud de la organización para el mantenimiento de la salud (por sus siglas en inglés, HMO) que le ofrece:

- ✓ Copagos fijos por la mayoría de los servicios
- ✓ Una red de médicos y hospitales de calidad en el Sur de California
- ✓ Atención coordinada a través de su Médico de Atención Primaria (PCP)
- ✓ Cobertura para servicios de emergencia a nivel internacional
- ✓ Acceso a proveedores participantes de SIMNSA en México

Consulte su *Evidencia de Cobertura* de Salud HMO y Más para conocer detalles sobre los beneficios específicos de su plan.

Programas de bienestar

Todos nuestros planes Salud HMO y Más incluyen programas de bienestar que pueden ayudarle a tomar decisiones de estilo de vida saludable para usted y su familia. Como afiliado, usted tiene acceso a programas de bienestar tales como:

- **Programa de Asesoramiento sobre Salud**
 - Programa de Asesoramiento sobre Salud (telefónico): Con un apoyo personalizado, usted y su Instructor de Salud encuentran lo que le motiva y abordan los comportamientos de salud específicos que afectan los riesgos de salud a corto plazo y las metas a largo plazo.
 - **Programa de Asesoramiento sobre Salud (digital):** Contiene numerosas lecciones relacionadas con el estrés, el abandono del consumo de tabaco, el ejercicio, el peso, las brechas en la atención y mucho más!
- **Craving to Quit®** – Este programa para dejar de consumir tabaco cubre la mayoría de los tipos de tabaco, le permite hablar con un instructor para dejar de consumir tabaco que le brindará aliento y apoyo, y ofrece un plan personalizado para abandonar el hábito.
- **Programa RealAge®** – Este programa es nuestro programa de comportamiento saludable orientado a los 4 riesgos más importantes del estilo de vida – el estrés, el sueño, la nutrición y la actividad.

Para acceder a estos programas y más, inicie sesión en www.healthnet.com.

(continúa)



Beneficios de farmacia

Hemos adaptado la Red de Farmacias Advanced Choice Network a sus necesidades. Funciona con Salud HMO y Más y otros planes seleccionados. Esta red incluye CVS, Walmart, Costco, Safeway, Vons y otras farmacias.²

- Surta sus recetas médicas en una farmacia que trabaje con Health Net
- Las recetas médicas escritas por un proveedor de SIMNSA deben surtirse en una farmacia contratada en México



En una emergencia, llame al 911 o vaya al hospital más cercano.

Servicios de atención de emergencia y de urgencia

La atención de emergencia es para cualquier situación médica que usted considere que es de riesgo vital. La atención de urgencia es para otras veces en las que necesita atención inmediata.

Para encontrar el centro de atención de urgencia más cercano, puede buscar en www.healthnet.com. Asegúrese de haber iniciado sesión para ver los centros de la red Salud. **Nota:** Siempre comuníquese con su PCP para obtener atención de seguimiento.

Babylon – servicios de Telesalud

Disfrute de un acceso completo a Babylon, nuestro proveedor de telesalud – simplemente por estar afiliado a Health Net.³

Acceda a consultas por video 24/7 con Babylon

Los afiliados a Health Net pueden hablar con un médico las 24 horas del día, los 7 días de la semana y con un terapeuta los días de semana, de 7:00 a.m. a 7:00 p.m. (Hora del Pacífico) a través de la aplicación Babylon sin costo adicional. La aplicación Babylon (disponible en inglés y español) es una forma conveniente para que los afiliados a Health Net analicen problemas de salud que no son de emergencia, como tos y dolor de garganta, ansiedad y depresión, resfrío, gripe, ¡y mucho más! Durante la consulta por video, los afiliados pueden obtener respuestas sobre el resurtido urgente de recetas médicas,⁴ pruebas de laboratorio y rayos X.⁵ Los afiliados pueden consultar y controlar los síntomas a través de la aplicación Babylon.

Para suscribirse o si desea obtener más información, visite www.babylonhealth.com/us/hnc.

²Walgreens está excluida.

³Puede recibir servicios en persona o mediante telesalud, si está disponible, de su proveedor de atención primaria, un especialista tratante o de otro profesional de la salud individual contratado, una clínica contratada o un centro de salud contratado, de acuerdo con el servicio y los estándares existentes de puntualidad y acceso geográfico requeridos conforme a la ley de California. Cualquier costo compartido por los servicios recibidos a través de Babylon se acumulará para su desembolso máximo y deducible (si su plan tiene un deducible). Al programar una cita a través de Babylon, usted da su consentimiento para recibir servicios de telesalud a través de Babylon. Consulte el documento de cobertura de su plan de salud para obtener información sobre la cobertura y conocer la definición de servicios de telesalud. Usted tiene derecho a acceder a sus expedientes médicos por los servicios recibidos a través de Babylon. A menos que usted decida lo contrario, cualquier servicio prestado a través de Babylon se compartirá con su proveedor de atención primaria.

⁴El acceso a los servicios de telesalud no garantiza que se extenderá una receta médica.

⁵Los proveedores de Babylon pueden solicitar pruebas de laboratorio y rayos X si es médicamente necesario.

Es fácil escoger el médico adecuado para usted

Cuando se inscribe en un plan Salud HMO y Más, puede elegir un Médico de Atención Primaria (por sus siglas en inglés, PCP) y un Grupo Médico Participante (por sus siglas en inglés, PPG) contratados.

- Cada uno de sus familiares puede escoger un PCP y un PPG para satisfacer sus necesidades
- Los afiliados que viven en México no necesitan seleccionar un PCP, sino simplemente escribir “SIMNSA” en el formulario

Su médico coordinará la mayor parte de su atención y le remitirá a especialistas y hospitales, con la excepción de atención de emergencia y atención de urgencia. Una vez que usted y su familia se inscriban como afiliados a Health Net, podrán usar sus beneficios y los recursos útiles de Health Net. Simplemente muestre su tarjeta de identificación de Health Net en su consulta.

Para encontrar un proveedor, visite www.healthnet.com o llame al número del Departamento de Servicios al Afiliado que aparece en su tarjeta de identificación.

Consulte su *Evidencia de Cobertura de Salud HMO y Más* para conocer detalles sobre los beneficios específicos de su plan.



Aviso de No Discriminación

Además de los requisitos de no discriminación del Estado de California (según lo descrito en los documentos de cobertura de beneficios), Health Net of California, Inc. (Health Net) cumple con las leyes federales aplicables sobre derechos civiles y no discrimina, no excluye a las personas ni las trata de manera diferente por motivos de raza, color, nacionalidad, ascendencia, religión, estado civil, género, identidad sexual, orientación sexual, edad, discapacidad o sexo.

Health Net:

- Proporciona aparatos y servicios gratuitos a las personas con discapacidades para que se comuniquen eficazmente con nosotros, como intérpretes calificados de lenguaje de señas e información escrita en otros formatos (letra grande, formatos electrónicos accesibles, otros formatos).
- Proporciona servicios de idiomas gratuitos a las personas cuyo idioma principal no es el inglés, como intérpretes calificados e información escrita en otros idiomas.

Si necesita estos servicios, llame al Centro de Comunicación con el Cliente de Health Net al **1-800-522-0088 (TTY: 711)**

Si considera que Health Net no proporcionó estos servicios o ejerció algún otro tipo de discriminación, puede presentar una queja formal llamando al número que se indica más arriba y diciéndoles que necesita ayuda para presentar una queja formal; el Centro de Comunicación con el Cliente de Health Net está disponible para ayudarlo. También puede presentar una queja formal por correo:

Health Net Life Insurance Company Appeals & Grievances

PO Box 10348

Van Nuys, CA 91410-0348

Fax: 1-877-831-6019

Correo electrónico: Member.Discrimination.Complaints@healthnet.com (Personas Cubiertas)

Si su problema de salud es urgente, si ya presentó una queja ante Health Net of California, Inc. y no está conforme con la decisión o si han transcurrido más de 30 días desde que presentó la queja ante Health Net of California, Inc., puede presentar un Formulario de Revisión Médica Independiente/Quejas ante el Departamento de Atención Médica Administrada (por sus siglas en inglés, DMHC). Para presentar un formulario de quejas, puede llamar a la Mesa de Ayuda del DMHC al 1-888-466-2219 (TDD: 1-877-688-9891) o visitar www.dmhc.ca.gov/FileaComplaint.

Si considera que se le ha discriminado por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo, también puede presentar una queja sobre derechos civiles ante el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Oficina de Derechos Civiles (por sus siglas en inglés, OCR), de manera electrónica a través del Portal de Quejas de la OCR, disponible en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o bien, por correo postal o teléfono: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, 1-800-368-1019 (TDD: 1-800-537-7697).

Hay formularios de quejas disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

English

No Cost Language Services. You can get an interpreter. You can get documents read to you and some sent to you in your language. For help, call us at the number listed on your ID card or call **1-800-522-0088** (TTY: 711).

Arabic

خدمات اللغة مجانية. يمكنك الحصول على مترجم فوري. ويمكنك الحصول على وثائق مقروءة لك. للحصول على المساعدة، اتصل بنا على الرقم الموجود على بطاقة الهوية، أو اتصل على مركز الاتصال التجاري **1-800-522-0088** (TTY: 711)

Armenian

Անվճար լեզվական ծառայություններ: Դուք կարող եք բանավոր թարգմանիչ ստանալ: Փաստաթղթերը կարող են կարդալ ձեզ համար: Օգնության համար զանգահարեք մեզ ձեր ID քարտի վրա նշված հեռախոսահամարով կամ զանգահարեք **1-800-522-0088** (TTY: 711).

Chinese

免費語言服務。您可使用口譯員。您可請人使用您的語言將文件內容唸給您聽，並請我們將有您語言版本的部分文件寄給您。如需協助，請致電您會員卡上所列的電話號碼與我們聯絡，或致電 **1-800-522-0088** (TTY: 711)。

Hindi

बना लागत की भाषा सेवाएँ। आप एक दुभाषिया प्राप्त कर सकते हैं। आपको दस्तावेज पढ़ कर सुनाए जा सकते हैं। मदद के लिए, आपके आईडी कार्ड पर दिए गए सूचीबद्ध नंबर पर हमें कॉल करें, या **1-800-522-0088** (TTY: 711)।

Hmong

Kev Pab Txhais Lus Dawb. Koj xav tau neeg txhais lus los tau. Koj xav tau neeg nyeem cov ntaub ntawv kom yog koj hom lus los tau. Xav tau kev pab, hu peb tau rau tus xov tooj ntawm koj daim npav los yog hu 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Japanese

無料の言語サービス。通訳をご利用いただけます。文書をお読みします。援助が必要な場合は、IDカードに記載されている番号までお電話いただくか、1-800-522-0088 (TTY: 711)。

Khmer

សេវាកម្មដោយឥតគិតថ្លៃ។ អ្នកអាចទទួលបានអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់។ អ្នកអាចស្តាប់គេអានឯកសារឱ្យអ្នក។ សម្រាប់ជំនួយ សូម ទាក់ទងយើងខ្ញុំតាមរយៈលេខទូរសព្ទដែលមាននៅលើកាតសម្គាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ឬ ទាក់ទងទៅមជ្ឈមណ្ឌលទំនាក់ទំនងពាណិជ្ជកម្ម នៃក្រុមហ៊ុន 1-800-522-0088 (TTY: 711)។

Korean

무료 언어 서비스. 통역 서비스를 받을 수 있습니다. 귀하가 구사하는 언어로 문서의 낭독 서비스를 받으실 수 있습니다. 도움이 필요하시면 보험 ID 카드에 수록된 번호로 전화하시거나 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Navajo

Saad Bee Áká E'eyeed T'áá Jíík'e. Ata' halne'ígíí hóló. T'áá hó hazaad k'ehjí naaltsoos hach'í' wóltah. Shíká a'doowol nínízingo naaltsoos bee néího'dólzínígíí bikáa'gi béesh bee hane'í bikáá' áají' hodíílnih éí doodaii' 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Persian (Farsi)

خدمات زبان به طور رایگان. می توانید یک مترجم شفاهی بگیرید. می توانید درخواست کنید که اسناد برای شما قرائت شوند. برای دریافت راهنمایی، با ما به شماره ای که روی کارت شناسایی شما درج شده تماس بگیرید یا با مرکز تماس بازرگانی 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Panjabi (Punjabi)

ਬਨਿੰ ਕਸਿ ਲਾਗਤ ਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੁਭਾਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਦਦ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਆਈਡੀ ਕਾਰਡ ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ 1-800-522-0088 (TTY: 711)।

Russian

Бесплатная помощь переводчиков. Вы можете получить помощь устного переводчика. Вам могут прочитать документы. За помощью обращайтесь к нам по телефону, приведенному на вашей идентификационной карточке участника плана. Кроме того, вы можете позвонить в 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Spanish

Servicios de idiomas sin costo. Puede solicitar un intérprete. Puede obtener el servicio de lectura de documentos y recibir algunos en su idioma. Para obtener ayuda, llámenos al número que figura en su tarjeta de identificación o comuníquese con el 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Tagalog

Walang Bayad na Mga Serbisyo sa Wika. Makakakuha kayo ng isang interpreter. Makakakuha kayo ng mga dokumento na babasahin sa inyo. Para sa tulong, tawagan kami sa nakalistang numero sa inyong ID card o tawagan ang 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Thai

ไม่มีค่าบริการด้านภาษา คุณสามารถใช้ล่ามได้ คุณสามารถให้อ่านเอกสารให้ฟังได้ สำหรับความช่วยเหลือ โทรหาเราตาม หมายเลขที่ให้ไว้บนบัตรประจำตัวของคุณ หรือ โทรหาศูนย์ติดต่อเชิงพาณิชย์ของ 1-800-522-0088 (TTY: 711)

Vietnamese

Các Dịch Vụ Ngôn Ngữ Miễn Phí. Quý vị có thể có một phiên dịch viên. Quý vị có thể yêu cầu được đọc cho nghe tài liệu. Để nhận trợ giúp, hãy gọi cho chúng tôi theo số được liệt kê trên thẻ ID của quý vị hoặc gọi 1-800-522-0088 (TTY: 711).

Un servicio que marca la diferencia

Lograr que la cobertura de atención de salud funcione para usted es más que una frase, es la forma en que hacemos negocios, especialmente cuando se trata de servicio:

- Nuestro equipo de profesionales comprometidos está disponible todos los días para proporcionar una experiencia al cliente positiva
- Ofrecemos ayuda en su idioma para que pueda obtener la información que necesita
- Le facilitamos la manera de hacer negocios con nosotros por teléfono o en línea



800-522-0088 (TTY: 711) de 8:00 a.m. a 6:00 p.m.

800-546-4570 (TTY: 711) de 6:00 p.m. a 8:00 a.m.



Visítenos en www.healthnet.com para obtener más información.