

¡Viva saludable!

BCBSAZ Health Choice Pathway HMO D-SNP
Boletín para miembros Verano de 2024



Repaso de beneficios para 2024

Nuestra prioridad es su salud y bienestar.
Este es un breve recordatorio de los beneficios
que tiene disponibles **SIN COSTO ALGUNO.**

Beneficio de la tarjeta para productos de venta libre (OTC) y alimentos saludables

Usted recibe una asignación de **\$600** cada tres meses para los OTC, alimentos saludables y productos del campo cubiertos. Con este beneficio, la asignación se cargará en su tarjeta Visa® Flex Card cada trimestre para que pague los alimentos y artículos de OTC cubiertos. Puede consultar el catálogo de OTC para 2024 en nuestro sitio web: HealthChoicePathway.com.

Los productos cubiertos incluyen los siguientes:



Alimentos saludables como frutas, verduras, carne, mariscos, lácteos, agua y más.



OTC de marca y genéricos, como vitaminas, analgésicos, pastas de dientes, pastillas para la tos y más.

Cómo hacer pedidos en CVS:

Llame a CVS al **1-844-457-8938**, **TTY: 711**, de lunes a viernes, de 9 a. m. a 8 p. m., hora local. Al inicio de la llamada indique que llama por el beneficio de la tarjeta InComm Flex Card y dé el nombre del plan: BCBSAZ Health Choice Pathway. Tenga a la mano el número de su tarjeta Flex Card porque, para efectuar el pedido, deberá ingresarlo mediante el teclado telefónico.

Cómo consultar su saldo:

Para consultar el saldo, llame al **1-833-684-8472** o visite mybenefitscenter.com. Para consultar los saldos de todos sus monederos, preste atención a todas las instrucciones. Los saldos de los diferentes beneficios se presentarán del saldo más alto al más bajo.

Continúa en la siguiente página

Continuación de la página anterior

Tiendas minorista participantes:

La tarjeta Flex Card solo funcionará en establecimientos aprobados. Para saber cuáles son los establecimientos participantes, visite mybenefitscenter.com o descargue la aplicación OTC Network.

Artículos cubiertos:

Para buscar productos que estén cubiertos, llame al **1-833-684-8472**. También puede descargar la aplicación OTC Network desde la tienda de aplicaciones.

Instrucciones:

1. Inicie sesión en la aplicación OTC Network desde un dispositivo móvil.
2. Seleccione el botón "Scan Product" (Escanee el producto) en la pie de la pantalla.
3. Seleccione la tienda minorista.
4. Seleccione "Scan Code with Camera" (Escanee el código con la cámara).
5. Escanee el código de barras del producto.

Resultados:

- a. Se cubre (Eligible)
- b. No se cubre (Not Eligible)

**Nota: Los miembros deben confirmar sus saldos disponibles antes de realizar una compra. Esto se puede hacer desde la aplicación o cuando los miembros reciben el aviso de "se cubre/no se cubre" para consultar el saldo. Aparecerá el monedero disponible junto con el saldo disponible. InComm y CVS, que opera bajo el nombre comercial de OTC Health Solutions, son compañías independientes y separadas, contratadas por BCBSAZ Health Choice Pathway (HMO D-SNP) para proporcionar beneficios y servicios de venta libre y de pedidos por correo. Visa es una marca registrada de Visa, U.S.A., Inc.*

También puede obtener estos beneficios sin costo alguno:



\$0 de copago por medicamentos genéricos y de marca cubiertas, suministro para 31 días o 100 días



\$4,000 de asignación para servicios dentales integrales, que incluye dentaduras postizas (una cada 5 años) y puentes, y sin cantidad máxima por servicios preventivos



\$450 de asignación para anteojos/lentes de contacto y un copago de **\$0** por 1 examen de ojos de rutina



\$2,500 de asignación para audífonos para ambos oídos combinados y un copago de **\$0** por 1 examen auditivo



\$1,000 de asignación para pagar gastos de servicios dentales, auditivos y de visión



\$900 de asignación máxima anual combinada entre servicios de apoyo en el hogar; modificaciones y dispositivos de seguridad para el hogar y baño; apoyo para los cuidadores de personas inscritas (servicios de relevo); y reparaciones en el hogar

\$0

de copago por



12 tratamientos de acupuntura de rutina



12 consultas de quiropráctica de rutina



6 consultas de podología de rutina

Los exámenes de rutina de ojos y de audición, y los beneficios de audífonos están disponibles con proveedores participantes.

Con BCBSAZ Health Choice Pathway, tiene todo un equipo que lo respalda.

Si tiene alguna pregunta, llame a Servicios para Miembros al

1-800-656-8991, TTY: 711, de 8 a. m. a 8 p. m., los 7 días de la semana.

¡Bienvenido al Portal mejorado para Miembros!

Nos entusiasma presentar el Portal mejorado para Miembros, el cual fue diseñado pensando en sus necesidades. Ya sea que haya usado el portal antes o inicia sesión por primera vez, lo invitamos a explorar todas las funciones y los beneficios que ahora tiene a su disposición.

¿Por qué usar el Portal para Miembros?

Nuestro Portal mejorado para Miembros es el lugar para manejar con facilidad sus beneficios de salud. Esto es lo que puede hacer:

- **Consultar sus beneficios:** consulte información detallada sobre sus beneficios médicos, dentales, de visión, entre otros.
- **Buscar proveedores:** use el directorio para encontrar médicos, especialistas, dentistas de la red y más.
- **Solicitar tarjetas de identificación (ID):** solicite con facilidad tarjetas de ID nuevas o de reemplazo.
- **Recursos de bienestar:** descubra programas de bienestar, consejos de salud y recursos para atención preventiva.

Cómo empezar:

1. Cree su cuenta:

- a. Visite HealthChoiceAZ.com/Portal.
- b. Haga clic en "Register" (Registrarse) y siga las instrucciones para crear su cuenta con su número de ID de miembro.
- c. Cree su nombre de usuario y contraseña.

2. Inicie sesión:

- a. Visite HealthChoiceAZ.com/Portal. Para iniciar sesión, ingrese su nombre de usuario y contraseña.

3. Explore y personalice:

- a. Explore el portal para familiarizarse con las funciones.
- b. Actualice su perfil y preferencias para personalizar el portal según sus necesidades.

¿Necesita ayuda?



Nuestro exclusivo equipo de apoyo está a su disposición para ayudarle a aprovechar al máximo el Portal para Miembros. Si tiene preguntas o si necesita ayuda con su cuenta, comuníquese con nosotros al **1-800-656-8991, TTY: 711**, de 8 a. m. a 8 p. m., los 7 días de la semana.



¡No se espere!

Regístrese hoy y empiece a explorar todas las funciones que tiene al alcance de la mano.



Recordatorio: Gane recompensas por mantenerse sano

Nuestro programa Healthy Rewards lo motiva a ser proactivo con su bienestar al participar en varias actividades de salud y ser recompensado por ello mediante una tarjeta de regalo Visa prepagada.

Así es como funciona

Gane \$25 por llevar a cabo lo siguiente:

- **Una consulta de bienestar anual de Medicare**
- **Una valoración médica anual** cuando llena y nos envía por correo su valoración o cuando nos llama para realizarla
- **Exámenes de detección de cáncer de colon** para quienes tienen de 45 a 75 años: una colonoscopia, o puede optar por una prueba por correo que puede hacerse en casa
- **Examen de ojos para diabéticos** para personas de 18 a 75 años que tienen diabetes (tipo 1 y tipo 2)

Gane \$50 por realizar:

- **Exámenes de detección de cáncer de mama** cada año para quienes tienen de 50 a 74 años
- **Control de osteoporosis** para mujeres de 67 a 85 años que sufrieron una fractura (prueba de densidad mineral ósea o receta de un medicamento para tratar la osteoporosis en los seis meses posteriores a la fractura)

Atención a las mamografías: conozca más acerca de lo que puede hacer para ayudar a detectar temprano el cáncer de mama.

La detección temprana es la clave para sobrevivir al cáncer de mama. 1 en 8 mujeres, o como 13% de la población femenina en los EE. UU., desarrollará cáncer de mama alguna vez en su vida. El cáncer de mama es el cáncer más común en las mujeres estadounidenses, con excepción de los cánceres de piel. Se calcula que

en 2023 como el 30% de todos los nuevos diagnósticos de cáncer de la mujer será de cáncer de mama. ¡Ayude a combatir el cáncer de mama y hágase una evaluación de detección!

Próximos eventos de evaluación de detección de cáncer de mama

Para facilitar su participación, programamos varios eventos futuros de mamografías de detección. Dé el primer paso hacia una versión más sana de usted y ¡gane recompensas!

16 de agosto de 2024; de 9 a. m. a 5 p. m.

Yavapai Community Health Center
51 Brian Mickelson, Cottonwood
[602-962-5892](tel:602-962-5892)

11 de septiembre de 2024; de 9 a. m. a 5 p. m.

Tri-State Community Healthcare Center
8700 S. Hwy 95, Mohave Valley
[602-962-5892](tel:602-962-5892)

18 de septiembre de 2024; de 9 a. m. a 5 p. m.

Northern Arizona Medical Group
3555 Western Ave, Kingman
[602-962-5892](tel:602-962-5892)

No ignore los correos de AHCCCS

Si recibe un aviso de AHCCCS en el que se le solicita información, responda de inmediato. Puede iniciar sesión en healtharizonaplus.gov o llamar a nuestra línea de Asistentes Comunitarios al **1-844-390-8935**, **TTY: 711**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., para ayuda en la actualización de su información en AHCCCS. Estamos aquí para ayudarle a conservar su cobertura de atención médica.



¿Se buscan miembros de BCBSAZ Health Choice para que se unan al Comité Asesor de Miembros (MAC)?

¿Desea compartir sus opiniones acerca de cómo podemos mejorar los servicios de salud para nuestros miembros? Lo invitamos a que nos acompañe en nuestra siguiente Comité Asesor de Miembros (MAC). El objetivo del comité es obtener los comentarios de nuestros miembros, ¡como usted! Usted puede marcar la diferencia al compartir su experiencia como miembro de nuestro plan de salud y ayudarnos a realizar mejoras.

¿Por qué unirse al MAC?

- **Defensor de la diversidad, de la equidad y de la inclusión:** ayúdenos a crear un sistema de atención médica que sea justo y accesible para todos, independientemente de su procedencia.
- **Ser una voz para el cambio:** comparta sus ideas de mejoras.
- **Hacer amigos nuevos:** conozca a otras personas que quieren marcar la diferencia en la atención médica de todos.
- **Obtener más información sobre BCBSAZ Health Choice:** conozca más acerca de BCBSAZ Health Choice y de la atención que está a su disposición.

Brindaremos transporte gratuito y serviremos un almuerzo, y los miembros **recibirán \$25** en la tarjeta prepagada Visa por participar.

Nuestra próxima reunión será:

Fecha y hora:

jueves, 22 de agosto de 2024, 10:30 a. m.

Lugar:

BCBSAZ Health Choice office
1300 S Yale St.
Flagstaff, AZ 86001

**Para confirmar su asistencia, llame al:
602-864-5779**

Para más información, comuníquese con **María Reyes**, coordinadora de Enlace para Miembros, al **602-864-5779** o con un correo electrónico a Maria.Reyes@azblue.com.

Hidrátese y venza el calor: Consejos indispensables para los residentes de Arizona

El calor del verano en Arizona puede ser extremo, con temperaturas que a menudo rebasan los 100 °F. Es importante mantenerse fresco e hidratado. Estos son algunos consejos sencillos y efectivos para ayudarle a vencer el calor:

1. Hidrátese eficientemente

- a. Beba agua con frecuencia: una meta de mínimo entre 8 y 10 vasos al día, y más si es una persona activa.
- b. Consuma alimentos hidratantes: incluya frutas y verduras con un alto contenido de agua, como sandía, pepinos y naranjas.

2. Vístase inteligentemente

- a. Ropa ligera y holgada: elija telas de colores claros y que sean transpirables, como algodón y lino.
- b. Protección solar: use un sombrero de ala ancha, gafas de sol con protección UV y aplíquese con regularidad un protector solar con SPF 30.

3. Optimice su entorno

- a. Permanezca en interiores durante las horas pico: evite las actividades al aire libre entre las 10 a m. y 4 p. m.
- b. Refresque su casa: use ventiladores, aire acondicionado y cierre las persianas para bloquear el calor.

4. Reconozca las enfermedades por calor

- a. Agotamiento por calor: esté atento a la sudoración abundante, la debilidad, las náuseas y los desmayos. Váyase a un lugar más fresco, hidrátese y aplíquese compresas frescas.
- b. Insolación: los síntomas incluyen alta temperatura corporal, confusión y posiblemente pérdida del conocimiento. Llame al 911 de inmediato si sospecha tenerla.

5. Brinde cuidados adicionales a las personas de edad avanzada y a las mascotas

- a. Personas de edad avanzada y niños pequeños: asegúrese de que se mantengan frescos e hidratados, ya que son más sensibles al calor.
- b. Mascotas: brinde a las mascotas bastante agua y sombra; nunca los deje adentro de un carro estacionado.



Al seguir estos consejos, puede mantenerse a salvo, hidratado y cómodo durante los meses más calientes de Arizona.

¡Manténgase frescos, Arizona!

Conozca acerca del Programa de Administración de la Atención

El Programa de Administración de la Atención de BCBSAZ Health Choice Pathway cuenta con enfermeras y profesionales de la salud para que le ayuden a recibir la atención médica que necesite. Nuestro personal trabaja muy de cerca con usted y con su equipo de salud. Dicho equipo puede estar integrado por su proveedor de atención primaria, su especialista y su equipo de salud conductual. Ofrecemos este servicio para ayudarle a comprender mejor su afección médica, sus medicamentos y cualquier otra servicio que pueda necesitar para fomentar una vida sana.

Podría calificar para programas de administración de la atención:

- Si tiene una afección médica, como enfermedades cardíacas, insuficiencia renal o cardíaca, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (COPD), asma, diabetes o presión arterial alta
- Si está por recibir o recibió un trasplante
- Si acude con frecuencia al departamento de emergencias o al hospital
- Si usa altas dosis medicamentos para el dolor o para la ansiedad por más de 90 días
- Si tiene un trastorno por consumo de opioides o de sustancias
- Si tiene necesidades de atención médica especiales
- Si necesita ayuda para recibir la atención adecuada

A los miembros de los programas de administración de la atención se les asigna un administrador de casos. El propósito del administrador de casos es ayudar a los miembros a que se cuiden mejor. El administrador de casos trabajará con usted para desarrollar un plan de atención con objetivos dirigidos a sus necesidades. Este es un servicio gratuito que se ofrece sin costo alguno para usted. Es voluntario, por lo que puede optar por inscribirse o abandonarlo cuando usted guste.

¿Tiene preguntas?

Llame al **1-800-656-8991, TTY: 711**, de 8 a. m. a 8 p. m., los 7 días de la semana.



Número de teléfono importantes

Servicios para Miembros:

1-800-656-8991, TTY: 711, de 8 a. m. a 8 p. m., los 7 días de la semana

Línea de asesoría de enfermería:

1-888-267-9037, disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

LÍNEAS DIRECTAS DE 24 HORAS PARA CASOS DE CRISIS Y SUICIDIO:

Línea 988 para casos de crisis y prevención del suicidio:

988 (llame o envíe un mensaje de texto); 2-1-1 presione 7

Línea directa del estado de Arizona para casos de crisis, las 24 horas, los 7 días de la semana:

1-844-534-HOPE

Línea directa nacional para remisión y tratamiento de problemas y trastornos por consumo de sustancias:

1-800-662-4357

o envíe un mensaje de texto con la palabra "HOME" (CASA) al 741741

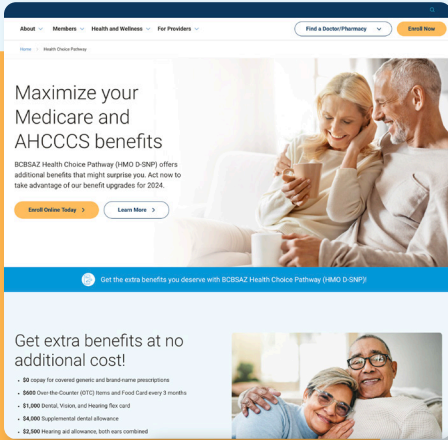
Línea de veteranos para casos de crisis:

1-800-273-8255

Recursos específicos de Be Connected para veteranos:

(1-866-4AZ-VETS o 1-866-429-8387)

Nuestro sitio web tiene una nueva imagen



Nos complace anunciar que el sitio web de nuestro plan tiene una nueva imagen; ahora perfectamente en concordancia con la marca Blue Cross® Blue Shield® de Arizona. Este rediseño realiza la uniformidad visual y mejora la experiencia general del usuario mediante una interfaz estilizada y moderna. El renovado diseño garantiza que el navegar nuestros planes, recursos y servicios de apoyo sea más fácil y más intuitivo que nunca.

Nuestro sitio web ahora cuenta con funciones mejoradas para servirle mejor. Gracias a las herramientas de búsqueda avanzada y a una sección FAQ (Preguntas frecuentes) más amplia, es más fácil y sencillo encontrar la información que necesita. Lo invitamos a explorar el nuevo diseño de nuestro sitio para que experimente la perfecta integración con Blue Cross Blue Shield de Arizona; con ello reafirmamos nuestro compromiso de facilitarle la vida. Visítenos en azblue.com/hcpathway.

Toda la información de salud se proporciona solo con fines informativos y no reemplaza el tratamiento médico, las recomendaciones ni el diagnóstico de un profesional de la atención médica. Consulte a su proveedor antes de empezar cualquier tratamiento médico, programa de ejercicios o cambio en su dieta.



Health
Choice

8220 N. 23rd Avenue
Phoenix, AZ 85021

Información importante del plan

<Nombre del miembro>
<Dirección>
<Dirección>