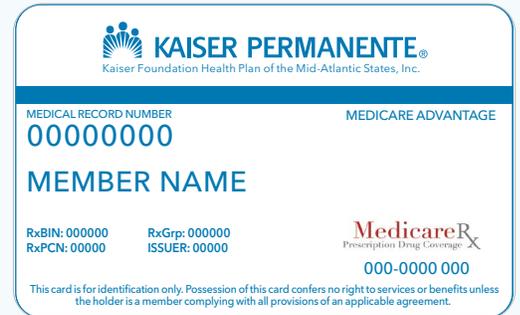


3 PASOS SENCILLOS PARA COMENZAR EN KAISER PERMANENTE

Con esta guía podrá aprovechar al máximo su nuevo plan de salud de Medicare ofrecido por Kaiser Permanente. Encontrará información detallada en el manual de Kaiser Permanente Medicare Advantage (HMO), que incluimos en el kit de bienvenida para nuevos miembros. Cuando en Medicare confirmen su inscripción, le informaremos la fecha de inicio de su cobertura con Kaiser Permanente.

¿Necesita ayuda para comenzar?

Un agente de Kaiser Permanente le llamará y ayudará con sus primeros pasos. También puede llamar a nuestro Servicio de Activación de Nuevos Miembros al 1-855-392-4851 (TTY 711), de lunes a viernes, de 7 a. m. a 7 p. m. Los agentes pueden ayudarle con todo lo que necesite, desde elegir un médico, registrarse en kp.org/espanol o transferir sus recetas médicas hasta coordinar su primera consulta en persona, por teléfono o por video.¹



Regístrese en kp.org/espanol

Ingrese a kp.org/espanol, su portal digital hacia una mejor salud, donde podrá hacer lo siguiente:

- enviar correos electrónicos al consultorio de su médico,
- ver la mayoría de los resultados de laboratorio,
- programar citas de rutina,
- volver a surtir medicamentos y mucho más.²

Elija su médico

Explore los perfiles de nuestros médicos en línea, en kp.org/doctor (en inglés), para elegir un médico de Kaiser Permanente disponible. Podrá cambiar por otro médico de Kaiser Permanente en cualquier momento.

Transfiera sus recetas médicas³

Ingrese a kp.org/nuevosmiembros para transferir sus recetas médicas. Tenga a la mano la siguiente información:

- los números de las recetas médicas,
- el nombre y número de teléfono de su farmacia.

Si necesita ayuda o quiere surtir un medicamento antes de su primera consulta, llame al Servicio de Activación de Nuevos Miembros, al **1-855-392-4851 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 7 a. m. a 7 p. m.

Haga su primera cita

Una vez que complete los 3 pasos sencillos, haga una cita con su nuevo médico. Para ello, ingrese a kp.org/citas o llame al Servicio de Activación de Nuevos Miembros, al **1-855-392-4851 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 7 a. m. a 7 p. m. Consulte a su médico por teléfono o por video gracias a las opciones convenientes de atención virtual.¹

Surtido de medicamentos recetados

Después de que se transfieran las recetas médicas, puede volver a surtir sus medicamentos por correo.⁴ Solo tiene que iniciar sesión en su cuenta de kp.org/espanol, hacer clic en "Pharmacy" (Farmacia) y elegir la opción de pedidos por correo. También puede llamar a la línea para volver a surtir medicamentos, al **1-800-700-1479 (TTY 711)**.



¹ Si viaja fuera del estado, es posible que las consultas por teléfono o por video no estén disponibles debido a leyes estatales que impiden que los médicos y los proveedores de atención médica brinden atención en otros estados. Las leyes varían según el estado.

² Estas opciones son válidas cuando recibe atención en los centros de Kaiser Permanente.

³ El plan Kaiser Permanente Medicare Advantage Liberty (HMO) no incluye cobertura de medicamentos recetados para pacientes ambulatorios; sin embargo, los miembros que tengan TRICARE For Life pueden surtir sus medicamentos recetados en las farmacias de Kaiser Permanente. Brinde a la farmacia de Kaiser Permanente su información de cobertura de medicamentos en el momento de surtir las recetas médicas.

⁴ En determinados casos, puede solicitar que le envíen por correo los medicamentos recetados mediante el Servicio de Farmacia por Correo de Kaiser Permanente. Generalmente, los recibirá en un plazo de 3 a 5 días. De lo contrario, llame al **1-800-700-1479 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Algunos medicamentos no son elegibles para el Servicio de Farmacia por Correo. Este servicio puede hacer envíos a domicilios de MD, VA, DC y ciertos lugares fuera del área de servicio.

COMIENZE A APROVECHAR SU MEMBRESÍA

Pasos adicionales para disfrutar aun más su plan de salud

- **Elija un dentista**

En Kaiser Permanente nos asociamos con Dominion National para brindarle atención dental preventiva. Para elegir un dentista, ingrese a [DominionNational.com/kaiserdentists](https://www.dominionnational.com/kaiserdentists) o llame al Servicio a los Miembros de Dominion, al **1-855-733-7524** (TTY **711**), de lunes a viernes, de 7:30 a. m. a 6:00 p. m.

- **Programe un examen de la vista**

Hágase un examen de la vista en los centros de Vision Essentials by Kaiser Permanente, ubicados en nuestros centros médicos. Encuentre un centro en [kp2020.org](https://www.kp2020.org) (en inglés). Para programar una cita, llame al **1-800-777-7904** (TTY **711**), disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

- **Aproveche su beneficio de bienestar para medicamentos de venta sin receta (OTC)⁵**

Su plan de salud incluye un beneficio trimestral para pedir artículos como remedios para el resfriado, medicamentos para la alergia y analgésicos. Para hacer su pedido, ingrese a [kp.org/otc/mas](https://www.kp.org/otc/mas) (en inglés) o llame al **1-833-881-1422**, de lunes a viernes, de 9 a. m. a 7 p. m.

- **Participe en el programa Silver&Fit Healthy Aging and Exercise Program⁶**

Muchos de nuestros planes de salud incluyen membresías a gimnasios y programas de acondicionamiento físico en el hogar sin costo. Para comenzar, visite [silverandfit.com](https://www.silverandfit.com).

- **Inscríbese en BrainHQ**

Su membresía incluye prácticas en línea para ejercitar el cerebro con BrainHQ. Para crear una cuenta sin costo en línea, ingrese a [kp.brainhq.com](https://www.kp.brainhq.com).

- **Únase a Thriving After 60 (TA60)**

El objetivo de la comunidad Thriving After 60 (TA60) (Vivir bien después de los 60) es mantener la salud mental y física de sus miembros, y hacer que el proceso sea divertido. Conozca a personas con gustos similares en nuestros interesantes eventos y talleres virtuales y en persona.⁷ El objetivo es brindar apoyo para los cambios en la salud y el bienestar que atraviesan las personas mayores de 60 años. Para obtener más información y registrarse para los eventos, ingrese a [kp.org/ta60mas](https://www.kp.org/ta60mas) (haga clic en "Español") y síganos en la página de Facebook [facebook.com/ThrivingAfter60](https://www.facebook.com/ThrivingAfter60).

- **Agregue Advantage Plus por solo \$20 al mes⁸**

Agregue cobertura integral dental, de la audición y para artículos para la vista por solo \$20. Para obtener más información, ingrese a [kp.org/advantageplus](https://www.kp.org/advantageplus) (haga clic en "Español") o llame al **1-877-263-3085** (TTY **711**) los 7 días de la semana, de 8 a. m. a 8 p. m.

Gracias por elegir Kaiser Permanente como su plan de salud de Medicare. No olvide visitar [kp.org/nuevosmiembros](https://www.kp.org/nuevosmiembros) para obtener consejos sobre cómo comenzar y aprovechar al máximo su plan.

Esperamos ser su aliado en el cuidado de la salud.

Kaiser Permanente es un plan de HMO y HMO-POS con un contrato de Medicare. La inscripción en Kaiser Permanente depende de la renovación del contrato. Tiene que vivir en el área de servicio del plan de salud de Medicare ofrecido por Kaiser Permanente en la que se inscriba.

⁵ Consulte la *Evidencia de Cobertura* para obtener más información. Los beneficios para OTC pueden cambiar el 1 de enero de cada año. El valor mínimo de cada pedido debe ser de \$20. La parte que no use del límite del beneficio trimestral no se transferirá al siguiente periodo. El pedido no debe exceder el límite del beneficio trimestral. Es posible que se apliquen limitaciones y restricciones. No se aceptan cheques, tarjetas de crédito, giros postales ni dinero en efectivo.

⁶ Silver&Fit no está disponible para los planes Kaiser Permanente Medicare Advantage (HMO) Value Balt, Kaiser Permanente Medicare Advantage (HMO) Value MD ni Kaiser Permanente Medicare Advantage (HMO) Value DC. El programa Silver&Fit es proporcionado por American Specialty Health Fitness, Inc. (ASH Fitness), una subsidiaria de American Specialty Health Incorporated (ASH). Silver&Fit es una marca comercial de ASH que se usa aquí con autorización. No todos los programas y servicios están disponibles en todas las áreas. Los gimnasios y las cadenas de acondicionamiento físico participantes pueden variar según la ubicación y están sujetos a cambios.

⁷ Los eventos en persona se programan en función de la respuesta necesaria de COVID-19.

⁸ Además de la prima mensual por persona de Medicare Advantage y las primas de Medicare. Debe ser miembro de un plan individual Kaiser Permanente Medicare Advantage para poder participar.