

Dual Choice PPO™

La calidad de Kaiser Permanente,
la flexibilidad y las opciones de la PPO.



kp.org/choiceproducts/nw (en inglés)



Un plan de PPO con más opciones

¿Qué hace único al plan Dual Choice PPO? Ofrecemos el único plan de la organización de proveedores preferidos (*Preferred Provider Organization*, PPO) con acceso exclusivo a Kaiser Permanente y la flexibilidad de un plan de la PPO.

Combinamos atención y cobertura para que tenga una experiencia mejorada y de calidad. Así, se minimizan los contratiempos y usted puede mantenerse saludable. En nuestros centros, recibirá atención coordinada y personalizada de médicos y especialistas con mucha experiencia. Todos los integrantes de su equipo de atención están conectados con usted y entre sí a través de su historia clínica electrónica.

Con Dual Choice PPO, también obtiene acceso a amplias redes regionales y nacionales, por lo que puede recibir atención de hospitales, clínicas y proveedores de la red en todo el país.

Más opciones

Elija entre proveedores dentro y fuera de la red.

Proveedores de la red:

- Más de 1,200 médicos y especialistas de Kaiser Permanente en Oregón y el suroeste de Washington.

Menores costos compartidos con beneficios mejorados: con algunos proveedores de la red, entre ellos los de Kaiser Permanente, tiene menores costos compartidos para determinados servicios cubiertos, incluidos los de atención primaria, especializada y de urgencia, las consultas para exámenes rutinarios de los ojos, y los servicios de salud mental y farmacodependencia para pacientes ambulatorios. Esto se denomina beneficio mejorado.

Miembros inscritos a través de un empleador de Oregón:

Además de proveedores de Kaiser Permanente, los proveedores de la red incluyen:

- Proveedores de **First Choice Health** en Oregón y Washington
- Proveedores de **First Health Network** en California, Colorado, Georgia, Hawái, Maryland, Virginia y Washington D. C.
- Proveedores de **la red de PPO de Cigna Healthcare^{SM1}** en los demás estados **de la PPO**

Miembros inscritos a través de un empleador de Washington:

Además de proveedores de Kaiser Permanente, los proveedores de la red incluyen:

- Proveedores de **First Choice Health** en Oregón, Washington, Idaho, Montana, Wyoming, Dakota del Norte, Dakota del Sur y Alaska
- Proveedores de **First Health Network** en los demás estados

Proveedores fuera de la red:

- Visite a cualquier otro proveedor certificado en todo el país y reciba atención en diversos centros médicos.

Más control

El lugar que elige para recibir la atención determina sus costos, como copagos, coseguros y deducibles. La elección es suya, por lo que puede controlar mejor sus gastos de bolsillo.

Más apoyo al cliente

Recibirá una llamada de bienvenida y un correo electrónico de seguimiento de nuestro equipo de Servicio al Cliente para informarle cómo hacer la transición de la atención; por ejemplo, cómo elegir un médico, transferir recetas médicas y programar citas.

Si tiene preguntas sobre el plan o los beneficios, llame a Servicio al Cliente, al **1-866-616-0047**.

Los representantes están disponibles para ayudarle.

Elija su médico

Con Dual Choice PPO, usted puede elegir el proveedor certificado que prefiera para que le brinde atención. Sin embargo, pagará menos si elige uno de los hospitales, clínicas y proveedores de la red en todo el país.

Dentro de la red

Recibirá atención personalizada y de calidad de los siguientes:

Kaiser Permanente

- Elija entre más de 1,200 médicos de Kaiser Permanente que trabajan en nuestros centros de atención de Oregón y el suroeste de Washington.
- Por lo general, los gastos de bolsillo son más bajos que con las opciones de proveedores fuera de la red.
- Su médico, los enfermeros y otros especialistas trabajan en equipo para ayudarle a mantenerse sano. Todos los profesionales están conectados entre sí, y con usted, por medio de su historia clínica electrónica. Por lo tanto, conocen los datos importantes sobre usted y su salud, por ejemplo, cuándo debe presentarse a una prueba de detección y qué medicamentos toma. De esta manera, recibe una atención personalizada ideal para usted.

Miembros inscritos a través de un empleador de Oregón

Además de proveedores de Kaiser Permanente, los proveedores de la red incluyen:

- Proveedores de **First Choice Health** en Oregón y Washington
- Proveedores de **First Health Network** en California, Colorado, Georgia, Hawái, Maryland, Virginia y Washington D. C.
- Proveedores de **la red de PPO de Cigna Healthcare^{SM1}** en los demás estados de la PPO

Miembros inscritos a través de un empleador de Washington

Además de proveedores de Kaiser Permanente, los proveedores de la red incluyen:

- Proveedores de **First Choice Health** en Oregón, Washington, Idaho, Montana, Wyoming, Dakota del Norte, Dakota del Sur y Alaska
- Proveedores de **First Health Network** en los demás estados

Fuera de la red

Cualquier proveedor certificado

Con Dual Choice PPO, si ya se atiende con médicos de su agrado, pero no pertenecen a la red, aún puede recibir sus servicios. Por lo general, los gastos de bolsillo serán más altos que si elige proveedores de la red.



Elija un centro de atención de urgencia

Al igual que con los médicos, cada vez que necesite atención de urgencia, puede dirigirse al centro que usted elija. Cuando necesita atención inmediata, la proximidad es especialmente importante.

¿Necesita atención rápidamente? Reciba atención por teléfono de proveedores certificados que ofrecen asesoría las 24 horas del día, los 7 días de la semana: **1-800-813-2000**.

En caso de emergencia, llame al **911** o diríjase al departamento de emergencias del hospital más cercano.

Dentro de la red

Centros de atención de urgencia de Kaiser Permanente

Tiene acceso a los centros de atención de urgencia de Kaiser Permanente y otros centros designados.

Fuera de la red

Cualquier centro de atención de urgencia certificado

Puede recibir atención en cualquier otro centro de atención de urgencia que elija. Por lo general, los gastos de bolsillo serán más altos que si elige centros de la red. Tendrá que pagar un deducible anual y coseguro. Es posible que tenga que pagar el costo total de cada consulta por adelantado y presentar un reclamo de reembolso.



Elija un hospital

Cuando necesite atención como paciente hospitalizado, podrá elegir entre opciones dentro y fuera de la red. Si tiene una emergencia, es decir, una condición médica o un trastorno psiquiátrico que requieren atención inmediata para evitar un peligro grave para su salud, la cobertura será la misma en el departamento de emergencias de cualquier hospital.

Hospitales de la red

Puede recibir atención en los Centros Médicos Sunnyside y Westside de Kaiser Permanente. También tiene acceso a otros hospitales designados.

Hospitales fuera de la red

Puede recibir atención en cualquier otro hospital que elija. Con esta opción, por lo general, sus gastos de bolsillo son más altos que si recibe atención en un hospital de la red.

Si el cargo de un hospital fuera de la red supera nuestro monto permitido, es posible que el hospital le facture directamente a usted el monto adicional que no cubrimos. Esto se denomina facturación de saldo.

Para obtener una lista de los centros de atención de urgencia y hospitales de la red, ingrese a kp.org/choiceproducts/nw (en inglés) y haga clic en "Finding Doctors and Facilities" (Buscar médicos y centros de atención).

Elija su farmacia

Cada vez que necesite un medicamento recetado, podrá elegir dónde obtenerlo.² De la misma manera que al seleccionar un médico, el tipo de farmacia que elija determinará sus gastos de bolsillo.

Dentro de la red

Farmacias de Kaiser Permanente y de la red MedImpact

Para tener los menores gastos de bolsillo, aproveche las farmacias de Kaiser Permanente que se encuentran en la mayoría de nuestros centros médicos. O bien, evite el viaje a la farmacia y ahorre dinero con el servicio de farmacia por correo. La mayoría de los miembros reciben un suministro de medicamentos para 3 meses al precio de un suministro para 2 meses, y el envío es sin costo. Casi todos los pedidos llegan en tan solo 3 días.

Si un proveedor de First Choice Health, de First Health Network, de la red de PPO de Cigna Healthcare^{SM1} o que no pertenece a la red emite una receta médica, puede traerla a una farmacia de Kaiser Permanente y surtirla con un gasto de bolsillo más bajo.

Para volver a surtir sus medicamentos de manera rápida y sencilla, llámenos o haga un pedido en línea. También puede elegir que le envíen los medicamentos recetados por correo a su hogar sin cargo o recogerlos en una farmacia de Kaiser Permanente. Además, las farmacias de Kaiser Permanente ofrecen medicamentos de uso frecuente de venta sin receta a precios competitivos.

Farmacias de la red MedImpact

Si le resulta más conveniente, puede obtener sus medicamentos recetados en cualquiera de los cientos de farmacias participantes de la red MedImpact, como las siguientes:

- Costco
- Fred Meyer
- Rite Aid
- Safeway
- Target
- Walgreens

Para encontrar una farmacia de la red MedImpact, ingrese a mp.medimpact.com/pharmacylocator o llame al 1-800-788-2949.

Use el servicio de farmacia por correo de CVS Caremark para que le envíen sin costo los medicamentos recetados a su hogar. Llame a CVS Caremark al 1-800-841-5550 o ingrese a www.caremark.com.

Fuera de la red

No se brinda cobertura en las farmacias que no pertenecen a la red. Tendrá que pagar el precio total de los medicamentos, y no se le reembolsarán los gastos.

Para obtener un directorio de las farmacias de Kaiser Permanente y de la red MedImpact, ingrese a kp.org/choiceproducts/nw (en inglés) y haga clic en "Finding Doctors and Facilities" (Buscar médicos y centros de atención).

Maneras convenientes de recibir atención con Kaiser Permanente

Dispone de más maneras que nunca para obtener atención médica de calidad y mantenerse al tanto de su salud. La mayoría de los planes incluyen los servicios de telesalud sin ningún costo adicional.³



Atención virtual 24/7

Los profesionales clínicos de salud de Kaiser Permanente están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana si necesita atención de urgencia por video o por teléfono. Puede solicitar el servicio en cualquier momento y no necesita cita previa.^{5,6}



Consultas programadas por video o teléfono

Programe una consulta por teléfono o por video cara a cara con un profesional clínico de salud de Kaiser Permanente o con cualquier especialista para el que tenga una referencia.^{5,6}



Atención en persona

Ofrecemos servicios para el mismo día o el siguiente, después del horario normal y los fines de semana en muchos de nuestros centros de atención, entre ellos, las clínicas Care Essentials by Kaiser Permanente en tiendas.^{6,7}



Correo electrónico

Comuníquese por correo electrónico con el consultorio de su médico de Kaiser Permanente cuando tenga preguntas que no sean urgentes y reciba una respuesta, por lo general, dentro de los 2 días hábiles.



Envío de medicamentos recetados

Use la aplicación de Kaiser Permanente para surtir la mayoría de los medicamentos por correo o recogerlos el mismo día. La mayoría de los miembros reciben un suministro de medicamentos para 3 meses al precio de un suministro para 2 meses, y el envío es sin costo.⁸



Consejos 24/7

Reciba apoyo y consejos de salud por teléfono las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Consultas electrónicas

Llene un cuestionario en línea y reciba un plan de tratamiento, incluidas las recetas médicas que pueda necesitar, en pocas horas.^{9,10}



Atención cuando viaja

Usted cuenta con cobertura para atención de urgencia y de emergencia en cualquier lugar del mundo. Si planea viajar, podemos ayudarle a mantenerse al día con su salud cuando esté lejos de casa. Para obtener más información, visite [kp.org/viajero](https://www.kp.org/viajero).

Cómo aprovechar su membresía al máximo

Para usted que está conociendo sus opciones

Mantenerse saludable va más allá de la consulta al médico. Conozca algunas de nuestras convenientes opciones disponibles para los miembros y encuentre la atención que necesita.¹¹ Muchos de estos recursos no tienen costo adicional.



Programas de ejercicios físicos al instante y en persona a través de ClassPass¹²

Elija entre miles de videos de programas de ejercicios físicos al instante y obtenga precios reducidos para clases en persona y mediante transmisiones en vivo. Obtenga más información en kp.org/classpass (en inglés).



Programas para un estilo de vida saludable

Mejore su salud con programas en línea que le ayudarán a perder peso, dejar de fumar, reducir el estrés y mucho más. Obtenga más información en kp.org/healthylifestyles (haga clic en "Español").



Asesoría de bienestar

Hable por teléfono con un asesor de bienestar de manera personalizada para que le ayude a alcanzar sus objetivos de salud. Obtenga más información en kp.org/wellnesscoach (en inglés).

Más recursos para mejorar su salud integral^{12,13}



Use la meditación y la atención plena para desarrollar la resiliencia mental, reducir el estrés y mejorar la calidad del sueño.



Defina objetivos de salud mental, registre sus avances y reciba ayuda para manejar la depresión, la ansiedad y más.



Este enfoque hacia la salud mental preventivo y a demanda le brinda apoyo en cualquier momento y lugar.

Para obtener más información, visite kp.org/appsautocuidado.

Cómo ahorrar en servicios y productos para el bienestar

Para usted que está buscando ahorrar

En Kaiser Permanente, aproveche los descuentos en herramientas en línea, clases, programas y actividades que pueden ayudarle a mantenerse feliz y saludable. **Ingrese a kp.org/memberdiscounts** (en inglés) para obtener más información.

CHP Active and Healthy

Con el programa Activo y Saludable, usted y su familia pueden ahorrar dinero en sus actividades favoritas de salud, de entretenimiento y de alivio del estrés.

Vea las siguientes opciones y más en **chpactiveandhealthy.com**.

Aventuras y actividades al aire libre

Ahorre en gimnasios para practicar escalada, escuelas al aire libre, viajes de pesca guiados, alquiler de esquís y otras actividades que le permitirán estar en movimiento.

Arte y cultura

Obtenga descuentos para explorar museos, jardines, galerías de arte y centros de artes escénicas de su localidad. También puede ahorrar en clases de música y conseguir boletos de cine con descuento.

Ejercicio

Puede ahorrar en una gran variedad de membresías y servicios relacionados con el acondicionamiento físico: desde campamentos de entrenamiento, clases de artes marciales y gimnasios hasta centros acuáticos, estudios de danza y entrenadores personales.

Alimentación saludable

Encontrará ofertas para clases de cocina, suplementos nutricionales, servicios para el control del peso, suministros de jardinería y mucho más.

Atención alternativa y quiropraxia

Obtenga descuentos en medicina naturopática, atención quiropráctica, masajes y otras terapias alternativas de proveedores que pertenecen a la red de The CHP Group. Ingrese a **chpgroup.com** para obtener más información y elegir un proveedor.

ChooseHealthy®

Con el programa ChooseHealthy puede seguir avanzando hacia una mejor salud. ChooseHealthy es un recurso en línea para obtener información sobre la salud, herramientas de salud y acondicionamiento físico, además de descuentos en productos para la salud. Este programa está disponible sin costo adicional para usted. Obtenga más información en **kp.org/choosehealthy** (en inglés).

- Organice las comidas del mes con planes de alimentación que se adapten a sus gustos, nivel de actividad física y objetivos de peso.
- Obtenga planes personalizados de ejercicios aeróbicos y de fuerza según sus objetivos de acondicionamiento físico.
- Ahorre con descuentos por membresía y en el costo de inscripción en más de 100 gimnasios, estudios de yoga y centros de ejercicio desde Longview, Washington, hasta Eugene, Oregón.

Estos productos y servicios los proporcionan entidades que no son Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (KFHPNW). Ciertos planes de beneficios de KFHPNW incluyen la cobertura de algunos de estos servicios con descuento. Consulte su *Evidencia de Cobertura* (Evidence of Coverage) para obtener más información. KFHPNW no asume ninguna responsabilidad por estos productos y servicios con descuento. En caso de que surja algún problema, puede usar nuestro proceso de quejas formales llamando a Servicio a los Miembros, al **1-800-813-2000** (TTY 711).

Términos que debe conocer

¿No sabe bien qué es un deducible? ¿Le confunden los copagos? No está solo. La atención médica puede ser difícil de comprender. Por eso, estamos aquí para ayudarle. Conozca los términos comunes de atención médica con nuestro glosario del plan con deducible.

Coseguro

Un porcentaje del costo que usted paga por servicios. Por ejemplo, si tiene un coseguro del 20 % y le hacen un procedimiento que cuesta \$100, usted pagará \$20.

Copago

Un monto fijo que paga por servicios cubiertos. Por ejemplo, cuando se registra en el consultorio de su médico, en recepción, se le podría cobrar un copago de \$10 por la consulta.

Deducible

La cantidad que usted paga por determinados servicios cada año, antes de que Kaiser Permanente comience a pagar. Usted pagará el costo completo de estos servicios hasta alcanzar su deducible. Posteriormente, pagará un copago o un coseguro hasta que alcance su gasto máximo de bolsillo.^{14,15}

Dependiente

Un miembro cuya relación con un suscriptor es la base para la elegibilidad de la membresía y que cumple con los requisitos de elegibilidad como dependiente. Un miembro dependiente puede ser un cónyuge, una pareja doméstica o un hijo.

Beneficio mejorado

Recibirá beneficios mejorados y pagará el costo compartido más bajo cuando reciba determinados servicios cubiertos de un grupo específico de proveedores de la red.

Evidencia de Cobertura (Evidence of Coverage, EOC)

Una descripción detallada de sus beneficios, costos y exclusiones y de las pautas del plan. Después de iniciar sesión en kp.org/espanol, puede encontrar este documento en "My Documents" (Mis documentos).

Explicación de Beneficios

(Explanation of Benefits, EOB)

Un resumen de la atención que recibió y de lo que cubre su plan de salud. La recibirá después de una consulta, pero no es una factura. Puede usarla para saber qué tan cerca está de alcanzar su deducible y su gasto máximo de bolsillo.

Cuenta de ahorros para gastos médicos (health savings account, HSA)

Una cuenta que le permite ahorrar dinero libre de impuestos¹⁶ para ayudarle a pagar los gastos médicos admitidos.¹⁷ Puede conservar el dinero si cambia de trabajo o se jubila, y su cuenta puede generar intereses.

Número de historia clínica

Un número único de por vida para cada miembro de Kaiser Permanente. Las historias clínicas se guardan y se conservan, y la información del miembro se mantiene bajo este número.

Inscripción abierta

El periodo, usualmente anual, durante el cual los empleados y sus familiares con cobertura pueden elegir hacer cambios entre los planes de salud que ofrece su empleador, y los empleados pueden agregar o eliminar familiares de su cobertura sin eventos calificantes.

Gasto máximo de bolsillo

El monto máximo que pagará cada año por servicios cubiertos.¹⁸

Atención preventiva

Un conjunto definido de servicios destinados a ayudar a detectar problemas de salud antes de que se agraven, como mamografías, medición de la presión arterial y pruebas de colesterol. Obtener atención preventiva cuando está sano puede ayudarle a mantenerse así.

- ¹ La red de PPO de Cigna Healthcare se refiere a los proveedores de cuidado de la salud (médicos, hospitales, especialistas) contratados como parte de Cigna Healthcare PPO for Shared Administration.
- Cigna Healthcare es una compañía independiente y no está afiliada a Kaiser Foundation Health Plan, Inc. ni a sus planes de salud subsidiarios. El acceso a la red de PPO de Cigna Healthcare está disponible a través de una relación contractual entre Cigna Healthcare y los planes de salud de Kaiser Permanente. La red de PPO de Cigna Healthcare es proporcionada exclusivamente por The Cigna Group o a través de sus subsidiarias en funcionamiento, incluida Cigna Health and Life Insurance Company. El nombre, el logotipo y otras marcas de Cigna Healthcare son propiedad de Cigna Healthcare Intellectual Property, Inc.
- ² Es posible que algunos medicamentos cubiertos tengan límites o requisitos adicionales en la cobertura, como límites de cantidad, restricciones de edad, autorización previa o terapia escalonada.
- ³ Para los miembros de planes de salud con deducible alto, las consultas electrónicas, por teléfono y por video están sujetas al deducible anual del plan.
- ⁴ Para hacer una consulta por video, los miembros deben estar registrados en kp.org/espanol y tener una computadora o un dispositivo móvil con cámara. Si viaja fuera del estado, es posible que las consultas por teléfono y por video no estén disponibles debido a leyes estatales que impiden que los médicos brinden atención en otros estados. Las leyes varían según el estado.
- ⁵ Cuando corresponda y esté disponible.
- ⁶ Estas funciones están disponibles cuando recibe atención médica en los centros de Kaiser Permanente.
- ⁷ En caso de una pandemia, algunos centros de atención podrían permanecer cerrados u ofrecer servicios y horarios limitados.
- ⁸ Disponible para la mayoría de los pedidos de medicamentos recetados; pueden aplicarse tarifas adicionales. Para obtener más información, comuníquese con la farmacia. Para usar la aplicación de Kaiser Permanente, tiene que estar registrado como miembro en kp.org/espanol.
- ⁹ Los costos compartidos aplicables se implementarán en los servicios o artículos solicitados durante una consulta electrónica.
- ¹⁰ Consulte la nota 3.
- ¹¹ Los servicios mencionados anteriormente no son beneficios de su plan de salud ni cumplen con los términos establecidos en su *Evidencia de Cobertura* u otros documentos del plan. Los servicios pueden suspenderse en cualquier momento y sin previo aviso.
- ¹² Disponible solo para miembros de Kaiser Permanente con cobertura médica.
- ¹³ myStrength® es una marca registrada de Livongo Health, Inc., una subsidiaria que pertenece en su totalidad a Teladoc Health, Inc.
- ¹⁴ Para algunos servicios, es posible que tenga que pagar copagos o coseguros después de alcanzar el gasto máximo de bolsillo.
- ¹⁵ La experiencia que tenga con el copago puede variar según la región. Consulte su Evidencia de Cobertura para obtener más información.
- ¹⁶ Los impuestos mencionados en esta página solo se refieren al impuesto federal sobre el ingreso. Para obtener información sobre las leyes estatales que regulan el impuesto sobre el ingreso, consulte a su asesor financiero o fiscal.
- ¹⁷ Para obtener la lista de gastos médicos admitidos según la definición del Artículo 213(d) del Código de Impuestos Internos, consulte la Publicación 502 del IRS, Medical and Dental Expenses (Gastos médicos y dentales), en irs.gov/publications.
- ¹⁸ Consulte la nota 14.



Servicio al Cliente

Si tiene preguntas, necesita información sobre la elegibilidad o quiere verificar su cobertura, llámenos:

1-866-616-0047

711 (TTY)

De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 6:00 p. m.

¿Ya es miembro?

Administre su atención en línea en cualquier momento en kp.org/espanol. Si todavía no lo hizo, ingrese a kp.org/registreseahora para comenzar a enviar preguntas que no sean urgentes por correo electrónico al consultorio del médico, programar citas de rutina, volver a surtir la mayoría de los medicamentos y mucho más.

Manténgase conectado con una buena salud



facebook.com/kpvivabien



instagram.com/kpnorthwest



linkedin.com/company/kaiser-permanente-northwest



[@kpnorthwest](https://twitter.com/kpnorthwest), [@aboutkp](https://twitter.com/aboutkp), [@kptotalhealth](https://twitter.com/kptotalhealth)



youtube.com/kaiserpermanenteorg

Este folleto no es un contrato. Puede ver los detalles del plan, como los beneficios, las exclusiones y las limitaciones, en la *Evidencia de cobertura (EOC)*. Para recibir la *EOC* de un plan en particular, comuníquese con Servicio al Cliente. En caso de discrepancias entre este folleto y la *EOC*, prevalecerá la *EOC*.

Para obtener más información sobre los beneficios, la disponibilidad y las restricciones de Kaiser Permanente, visite kp.org/disclosures (haga clic en "Español"). (Ingrese en "Formularios" y luego en "Enlaces relacionados").

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest

500 NE Multnomah St., Suite 100
Portland, OR 97232

Para más información

Ingrese a kp.org/choiceproducts/nw (en inglés) para obtener información adicional sobre cómo entender el plan y los beneficios.

Este folleto proporciona solo una descripción general de Kaiser Permanente. Si quiere obtener información específica sobre sus beneficios, copagos, limitaciones y servicios, consulte su *Evidencia de Cobertura* o llame a Servicio al Cliente, al **1-866-616-0047**.