scan club

BOLETÍN INFORMATIVO PARA LOS MIEMBROS DE SCAN ENERO/FEBRERO DE 2017

Dé el paso para estar más activo en el 2017

Es difícil argumentar que el ejercicio regular no sea bueno para la salud. Muchas investigaciones e incontables experiencias personales confirman que si desea tener un buen estado mental y corporal, la mejor opción es mantenerse activo.

El ejercicio regular trae tantos beneficios saludables que es difícil nombrarlos a todos pero podemos distinguir algunos de los más importantes...

- **Es menos probable que se enferme.** El ejercicio reduce el riesgo de sufrir enfermedad cardíaca, diabetes y algunos tipos de cáncer, incluidos cáncer de colon y mama.
- **El ejercicio constante fortalece los músculos y los huesos.** El ejercicio retrasa la pérdida de densidad ósea al envejecer. Los estudios demostraron que las personas que realizan al menos dos horas de actividad aeróbica moderada por semana son menos propensas a quebrarse la cadera.

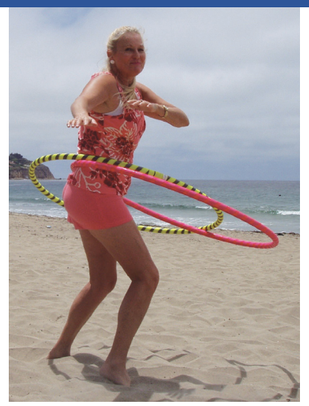
Continúa en la página 2

scan HEALTH PLAN®

ÍNDICE:

¿Cómo calificaría a SCAN? 3
Medicare, SCAN y su médico 4
Las *tres C* de la atención médica 5
Un nuevo scanhealthplan.com 6
Pregúntele a un auxiliar de personas mayores 6
Tres maneras de ahorrar en medicamentos en el 2017 7

“No toma mucho tiempo: solo con 25 minutos de actividad física moderada cada día puede mejorar su salud, sentirse mejor y seguir siendo independiente durante más tiempo”.



Julia Winstead

Continúa de la portada

- **Estar activo cambia la pesadez por un aspecto saludable.** Cuando nos ejercitamos, el cerebro libera químicos que nos hacen sentir más felices y relajados. Otros resultados del ejercicio, como un peso saludable, fuerza y flexibilidad en aumento y músculos tonificados pueden ayudarle a sentirse mejor con su apariencia y a sentirse más seguro.
- **Es más fácil controlar su peso.** El ejercicio quema calorías, lo que le ayuda a perder peso o evita que lo gane. Mantener un peso saludable es la primera línea de defensa contra muchas enfermedades, lo que incluye enfermedades cardíacas y la diabetes.
- **Puede mejorar su calidad de vida.** Si ejercita de manera regular será capaz de descubrir que duerme mejor por la noche y tiene más energía durante el día. Las personas que tienen vidas activas son propensas a permanecer activas e independientes por más tiempo.

Si estas razones no son suficientes para que se levante del sofá, tenga en cuenta esta afirmación de los Centros para el Control de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention):

> “Solo algunas pocas opciones como la actividad física tienen un gran impacto sobre la salud. Las personas que están físicamente activas durante siete horas a la semana tienen un 40 % menos de riesgo de muerte prematura que aquellas que están activas por menos de 30 minutos a la semana”.
>
> - www.cdc.gov/physicalactivity/basics/pa-health

Así que, entendamos esto...

¿Todo lo que tenemos que hacer es ejercitarnos moderadamente durante una hora por día y, a cambio, obtendremos protección contra un montón de enfermedades, nos sentiremos más felices, nos veremos mejor y aumentaremos nuestras probabilidades de vivir más? Sí.

Y aun así, las investigaciones demuestran que el 60 % de los adultos estadounidenses no realizan la cantidad de actividad física recomendada. ¿Por qué no aprovechamos esta oportunidad de vida?

Por todas las recompensas que brinda el ejercicio regular, parece haber la misma cantidad de excusas que las personas ponen para no realizarlo. Si tiene dificultades para introducir el ejercicio a su vida, hay dos cosas importantes que debe recordar:

1. **El ejercicio no discrimina.** *Todas* las personas pueden beneficiarse de la actividad física, sin importar el tamaño, la forma, el género, la capacidad física o la edad. Tenga en cuenta a estos miembros de SCAN Health Plan:
   - Barry Borofsky, de 73 años, comienza su día tres veces a la semana como lo ha hecho durante los últimos 30 años: corre por los escalones de madera en la playa. Además, a menudo, levanta pesas y practica tai chi.
   - Para Julia Winstead la ceguera y la diabetes no fueron un problema para bajar 30 libras al ejercitarse con hula hoop, ella lo llama “menos talles con baile”.

   Las investigaciones muestran que incluso a las personas con afecciones crónicas como la artritis les resulta más fácil controlar el dolor y hacer las tareas diarias cuando se ejercitan regularmente.

Barry Borofsky

2. **No toma mucho tiempo.** Solo con 25 minutos por día que pase realizando alguna actividad moderada, tal como una caminata rápida y enérgica, puede mejorar su salud, su ánimo y la capacidad de permanecer independiente. Subir escaleras no será adecuado para todos, al menos al principio. Antes de que Barry comenzara a subir escaleras, él fumaba tres paquetes al día y se unió a un gimnasio al cual no fue durante un año. Luego descubrió que le gustaba jugar al ráquetbol, correr y levantar pesas.

No importa qué actividad elija, lo más importante para su salud es estar activo y ser consistente. Así que, ¡pónganse en marcha!

Pida su receta para los ejercicios

Rx

Si usted es una persona que hace ejercicio regularmente o su resolución de Año Nuevo fue la de comenzar a ejercitarse, asegúrese de hablar con su médico. En su próxima cita, dígale a su médico lo que hace actualmente para ejercitarse y pregúntele si debería hacer lo siguiente:

- comenzar a ejercitarse;
- aumentar su nivel de actividad;
- mantener su nivel de actividad.

Luego obtenga las recomendaciones de su médico de acuerdo con sus metas de salud específicas.

Mensaje del director ejecutivo: ¿Cómo calificaría a SCAN?

Habrá notado que muchas empresas le piden que “califique su satisfacción” con una escala del 1 al 10. Esto se ha convertido en la herramienta estándar para calificar los servicios entre las empresas. Lo que es importante destacar (y la razón por la que muchas empresas piden que los califiquemos con un 10) es que hay poca flexibilidad cuando se trata de medir la satisfacción. Los números no significan lo que usted cree.

Se desglosan de la siguiente manera:

0 – 6: Insatisfecho	7 y 8: Neutro	9 y 10: Satisfecho

¿Lo sorprende? A muchos de nuestros miembros sí. Uno de nuestros representantes tuvo una agradable conversación por teléfono con un miembro. Cuando le preguntaron cómo calificaría a SCAN, el miembro respondió alegremente: “Vaya, con un 7, ¡lo aseguro!” Cuando le preguntaron por qué “solo” un 7, el miembro respondió que creía que un 7 era muy positivo. Desafortunadamente, en esta escala no lo es.

Nosotros no creemos en que nos diga cuán satisfecho está con nosotros o que nos dé su calificación. Creemos en ganarnos su satisfacción. De esa manera, cuando nos califican con un 9 o un 10, sabemos que es de corazón.

Lo que le diremos es que estamos comprometidos a ganarnos los números 10. Sabemos que no estamos siempre presentes, también escuchamos esas opiniones. Sin embargo, sabemos que, para la mayoría de ustedes, a SCAN lo califican con un 9 o con un 10. También es bueno para nosotros escuchar eso.

Como presidente y director ejecutivo de SCAN, quiero alentarlo a dejarnos comentarios positivos o negativos. Es igualmente importante que comparta cuando esté satisfecho y cuando estemos haciendo las cosas bien. Eso nos da un panorama completo, lo que nos permite focalizarnos en las áreas que verdaderamente necesitan mejoras.

Esperamos poder brindarle nuestros servicios en 2017. Siempre agradecido.

Chris Wing,
Director ejecutivo
SCAN Health Plan

¿Hay cambios en su información de contacto? ¿Necesita servicios de intérprete? SERVICIOS PARA MIEMBROS ESTÁ AQUÍ PARA AYUDAR

Me deshice de mi teléfono fijo y obtuve un teléfono celular. **¿Tengo que avisarle a SCAN?**

Sí. Si cambia de número telefónico, llame primero a Servicios para Miembros para que puedan actualizar sus registros. Es importante que nos haga saber a nosotros y a su médico cada vez que realice un cambio en su información de contacto, tal como un nuevo número telefónico o nueva dirección. De esa manera puede seguir recibiendo información importante sobre su plan de salud.

Cuando estoy con mi médico, a veces tengo problemas para explicar lo que necesito, ya que el inglés no es mi primer idioma. **¿Hay alguien que pueda ayudarme?**

No deje que el idioma se interponga en el camino de la atención que necesita.

Por teléfono: comuníquese con Servicios para Miembros y presione 2 en el teclado. Luego, podrá elegir entre más de 200 idiomas. Seleccione su idioma preferido para contactarse con Servicios para Miembros y un intérprete. El intérprete se asegurará de que se comuniquen sus necesidades y usted obtenga respuestas que comprenda.

En persona: llame a Servicios para Miembros al menos 72 horas antes de su cita. Ellos pueden arreglar que un intérprete se encuentre con usted en el consultorio del médico sin costo. Hay traductores disponibles para muchos idiomas diferentes, incluido el lenguaje de señas americano.

Nuevos horarios del Servicio para Miembros: hasta mitad de febrero, puede encontrar un auxiliar de Servicios para Miembros de 8 a. m. a 8 p. m., los siete días de la semana. A partir del 15 de febrero, estarán disponibles durante el mismo horario, pero solo de lunes a viernes. Si llama después de esos horarios, el fin de semana o durante un feriado, deje un mensaje y alguien se comunicará con usted el siguiente día hábil.

Consejo: El mejor momento para llamar es a la tarde antes de las 8 p. m.

G10158 01/17 Y0057_SCAN_10050_2016F_SP File & Use Accepted 12252016

Bienvenido a SCAN

Creemos que el primer número del boletín de este año es ideal para revisar algunos asuntos básicos. Por ello, tanto si es nuevo en Medicare o nuevo en SCAN, como si ya es miembro, creemos que la información de este documento le ayudará a comprender cómo funciona el plan de salud, al tiempo que le ayudará **a sacar el máximo partido de los beneficios y servicios que ofrecemos.**

Medicare, SCAN y su médico

El sistema de atención de la salud estadounidense es complicado y Medicare no es la excepción. Incluso los que ya son miembros nos dicen que no tienen totalmente claro cómo funciona SCAN.

Con frecuencia escuchamos: "Sus beneficios son demasiado buenos para ser ciertos", algo que es agradable escuchar, pero existe un buen motivo por el que podemos ofrecer los beneficios que ofrecemos.

También recibimos cartas que indican: "Nunca abandonaré SCAN porque me encanta mi médico". O lo contrario: "¡Los tiempos de espera en el consultorio de SCAN son ridículos!"

Este diagrama debería ayudar a explicar cómo somos capaces de ofrecer los beneficios que ofrecemos. Y cómo su médico y otros proveedores médicos trabajan con, pero no para, SCAN Health Plan.

MEDICARE

Los centros para servicios de Medicare y Medicaid (CMS) tienen un contrato con planes Medicare Advantage, como SCAN, para proporcionar sus beneficios de Medicare. Este contrato se renueva todos los años.

SCAN Health Plan

SCAN es un plan Medicare Advantage con cobertura de medicamentos recetados. Los CMS pagan a SCAN por proporcionar sus beneficios de medicamentos con receta y médicos cubiertos por Medicare. Podemos utilizar ese dinero para proporcionar beneficios más allá de lo que ofrece Medicare tradicional.

Proveedores médicos

SCAN formaliza contratos con grupos médicos, hospitales y otros proveedores médicos locales y comunitarios para proporcionarle su atención. Las decisiones de atención médica, como las autorizaciones para recibir atención especializada, se realizan al nivel del grupo médico. Si no está de acuerdo con una decisión de atención médica, será el momento en que SCAN se involucrará.

Médico de atención primaria

Su médico de atención primaria dirige sus servicios de atención médica. Acudirá a este médico para su visita de bienestar o examen físico anual, así como para otras necesidades de atención. Muchos médicos de atención primaria forman parte de organizaciones de grupos médicos de mayor tamaño.

Especialistas

En caso de que necesite atención especializada, su médico de atención primaria le remitirá al especialista con el que trabaje: habitualmente parte de la misma organización de grupo médico.

Hospitales

Para hospitalizaciones programadas, su médico le dirigirá al hospital con el que está afiliado. En caso de una emergencia médica, diríjase a la sala de emergencias más cercana.

¿QUÉ ES UN PCT?

PCT= equipo de atención primaria

Cuando se une a SCAN, le pedimos que elija un médico de atención primaria para que supervise su atención médica. Su equipo de atención primaria está encabezado por su médico de atención primaria e incluye personal de enfermería, asistentes médicos, personal de oficina que atiende al público y otro personal que dan apoyo a su atención. También incluye otros médicos que pueden reemplazar a su médico cuando este no se encuentre disponible.

A pesar de que la relación entre el médico y el paciente es tal vez la más importante, también debería sentirse cómodo con el resto del equipo. Después de todo, si tiene alguna pregunta entre las citas, un miembro del equipo de atención primaria seguramente le ayudará. Recuerde que puede cambiar de médico de atención primaria en cualquier momento por cualquier motivo. Solo tiene que llamar a Servicios para Miembros de SCAN para realizar el cambio.

Las *tres C* de la atención médica

¿Quiere sacar el máximo partido de su cobertura de SCAN? Siga las *tres C* de la atención médica:

1. Conecte con su equipo de atención médica. No queremos decir simplemente que "visite al médico cuando esté enfermo". Queremos que esté conectado con su equipo de atención médica incluso cuando se encuentre bien.

¿Tiene nuevo médico este año? Programe pronto una cita para conocerlo. Puede ser en su visita de bienestar o examen físico anual, o en una visita más corta en la que comparta con su nuevo médico y su equipo sus principales preocupaciones de salud.

¿Tiene el mismo médico? Le recomendamos que realice su visita anual pronto en el año, de modo que tenga tiempo para realizar cualquier otro chequeo o atención preventiva que deba realizarse en 2017.

2. Compruebe sus beneficios de 2017. Ya conoce los beneficios que utiliza con frecuencia, como su copago de atención primaria. Muchos de ustedes también conocen su copago por una visita a un especialista. Pero, ¿qué me dice de lo que paga para una consulta con un profesional de salud mental o por fisioterapia? Algunas personas asumen que esos copagos son los mismos que por una visita a un especialista y se sorprenden al averiguar que son diferentes. Por eso queremos decirle: "Sepa lo que tiene que pagar antes de ir". ¡A nadie le gustan las sorpresas en el consultorio del médico!

Sus beneficios se enumeran claramente en sus materiales de miembro: no hay letra pequeña. Puede consultar sus materiales del plan en cualquier momento en nuestro sitio web: www.scanhealthplan.com. Haga clic en "Find SCAN Resources" (Encontrar recursos de SCAN) al pie de la página o ingrese a su cuenta SCAN.

3. Contáctenos si tiene preguntas. Si tiene preguntas sobre sus beneficios, póngase en contacto con Servicios para Miembros de SCAN. Queremos que tenga una excelente experiencia con SCAN, de modo que no dude en llamarnos siempre que podamos prestarle un servicio. El número de teléfono está en su tarjeta de ID de SCAN.

Si tiene preguntas relacionadas con su atención médica, comuníquese con el consultorio de su médico. El teléfono principal del médico está en su tarjeta de ID de SCAN, pero cuando llame puede preguntar si existe otro número que le comunique directamente con su equipo de atención primaria.

Todavía hay gripe. ¿Todavía no está protegido?

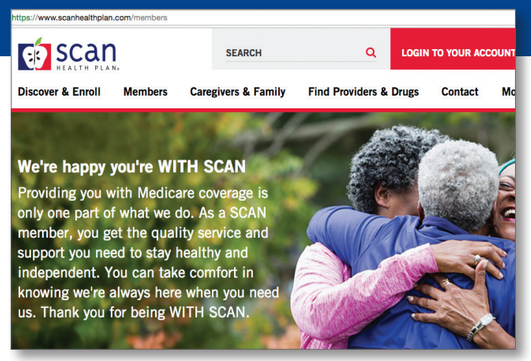
Si aún no se colocó la vacuna antigripal este año, reconsidérelo, aunque crea que es muy tarde y que la temporada de la gripe está empezada. Todavía hay tiempo para protegerse de la gripe de este año.

Es verdad que la temporada de la gripe comienza en octubre, pero el virus sigue esparciéndose e infectando a más personas cada día hasta aún en mayo de cada año. Incluso en medio de la temporada de la gripe, colocarse la vacuna antigripal es su mejor defensa contra la gripe.

¿Sabía que a partir de las dos semanas de la colocación comienza a funcionar la medicina? Así que no lo aplace más. Cuanto antes se coloque la vacuna, más rápido estará protegido para el resto de la temporada de la gripe de este año.

Encuéntrelo rápida y fácilmente en el *NUEVO*

scanhealthplan.com



Nuestro sitio web es novedoso y está mejorado, lo que le facilita la conexión con nuestro plan de salud.

El testimonio de los miembros que visitaron el nuevo sitio web de SCAN es que encontraron la información que necesitaban más fácil y rápidamente que antes. Esto se debe a grandes mejoras en las posibilidades de búsqueda dentro del nuevo sitio web.

Encuentre lo que busca... más rápido.
Escriba unas pocas palabras en la barra de búsqueda en la parte superior de la página para que lo dirija a la información que necesita. Por ejemplo, escriba la palabra "Formulario" y luego haga clic en "SCAN Drug Formulary Guide" (Guía del formulario de medicamentos de SCAN) para obtener la lista completa de medicamentos del formulario.

Más información sobre médicos, medicamentos y más.
Utilice la herramienta "Find Providers & Drugs" (Encontrar proveedores y medicamentos) del sitio web para realizar lo siguiente:

- Encontrar un nuevo médico u otro proveedor en su área. Incluso puede buscar proveedores de EyeMed, oficinas de Delta Dental y centros de ejercicio de SilverSneakers.
- Obtener información sobre los medicamentos que toma, tal como en qué nivel está cierto medicamento, de cuánto es el copago y alternativas para estos medicamentos.
- Encontrar una Farmacia preferida y ahorrar dinero en sus medicamentos con receta.
- Obtener información sobre hospitales locales y otros centros de atención médica.

Ahorre tiempo y salve un árbol.
Diríjase a la pestaña "Members" (Miembros) del sitio web para registrarse en una cuenta. Una vez que se registre, obtendrá información rápida sobre su plan específico desde cualquier computadora. Incluso mejor, haga clic en la casilla "Yes, sign me up for e-delivery" (Sí, inscríbanme en la entrega electrónica). Entonces esas resmas de información requerida sobre el plan serán enviadas a su correo electrónico en vez de imprimirse y enviarse por correo común.

Esto no es todo: estamos trabajando en más mejoras. El nuevo sitio web está diseñado para crecer y cambiar ajustándose al crecimiento y cambio de sus necesidades. Nunca ha sido más fácil conectarse con la información y los recursos que le ayudarán a aprovechar su plan de atención médica.

ES TEMPORADA DE ENCUESTAS

Algunos miembros de SCAN recibirán encuestas que indagan sobre su atención médica. Medicare utiliza sus respuestas para desarrollar la calificación de los planes. Y nosotros las usamos para mejorar los beneficios y servicios que ofrecemos. Medicare solo envía estas encuestas a un número reducido de miembros. Por eso, si le toca una encuesta, ya sea por teléfono o por correo, tómese el tiempo para participar en esta. Con sus respuestas, usted representará a muchos de nuestros otros miembros y confiamos en que SCAN obtenga calificaciones altas. Si no lo logramos, esperamos que pueda comunicarse con Servicios para Miembros y nos brinde la oportunidad de ganar su satisfacción.

Pregúntele a un auxiliar de personas mayores

Los auxiliares de personas mayores de SCAN tienen una perspectiva exclusiva cuando se refiere a atención médica. Como empleados de SCAN, tienen una visión privilegiada de las mejores maneras para aprovechar al máximo su plan de salud. Y como ellos mismos son miembros de SCAN son las personas perfectas para compartir consejos. Debido a que este es el primer asunto del boletín SCAN Club para más de 20.000 nuevos miembros, le preguntamos a los auxiliares lo siguiente: ***"¿Cuál es el consejo que tienen para los miembros nuevos?"***

"Explorar y disfrutar de los beneficios. Por ejemplo, probar varias clases si tienen el beneficio de SilverSneakers o utilizar su beneficio de receta para lograr una nueva apariencia con unos anteojos nuevos".

Connie Hartman de 65 años
Miembro de San Diego desde 2016

"Pregunte con cuáles centros de atención médica de urgencia trabaja el consultorio de su médico, así sabrá dónde acudir si necesita ayuda médica después de hora o durante el fin de semana".

Judy Velarde de 70 años
Miembro de Cerritos desde 2012

Tres maneras de ahorrar en medicamentos en el 2017

El ahorro de dinero es bienvenido, especialmente luego de que las fiestas han achicado un poco su presupuesto. Este año nuevo, alivie su cuenta bancaria con estas tres maneras de ahorrar dinero para surtir sus medicamentos con receta.

1. **Elija una farmacia preferida.** Si surte sus medicamentos con receta en una de las farmacias de la red preferida de SCAN, puede ahorrar un promedio de $3 a $5 en muchos de sus medicamentos. ¿No sabe dónde hay una farmacia preferida cerca? Muchas grandes farmacias como Albertsons, Costco y RiteAid son parte de la red preferida, pero para encontrar todas las farmacias preferidas, vaya al sitio web de SCAN, www.scanhealthplan.com. Si desea que se le envíe por correo una copia impresa del directorio de farmacias y proveedores, llame a Servicios para Miembros o solicite una en el sitio web de SCAN. Ventaja: Surta los medicamentos que toma con Express Scripts para ahorrar dinero y tiempo.
2. **Solo tiene que decir "90 días"**. Pedir un suministro de tres meses para los medicamentos que toma le ahorra tiempo y dinero en vez de surtirlos una vez por mes.

3. **Baje el nivel.** Revise en qué nivel están sus medicamentos en el Formulario y si los copagos cambiaron este año. Luego pregunte a su médico si hay medicamentos de un nivel más bajo (y por lo general, de menor valor) que puedan funcionar igual de bien para usted. También tenga esto en cuenta si su médico le receta nuevos medicamentos durante el año.

Sus medicamentos... al alcance de sus manos

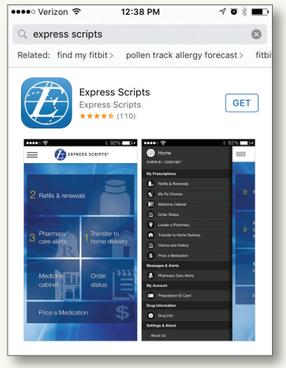
La mayoría de nosotros no puede pagar la asistencia personal, pero si tiene un teléfono celular inteligente, puede tener lo mejor más cerca... al menos cuando se trate del control de sus medicamentos. Express Scripts, el proveedor de los beneficios de farmacia de SCAN, tiene una aplicación gratis para teléfono celular que puede usar para lo siguiente:

- Ver cuando se está quedando sin sus medicamentos y necesita suministros.
- Ordenar suministros con Express Scripts.
- Visualizar el estado de la orden y rastrear el envío de sus medicamentos.
- Establecer avisos para recordar cuándo tomar los medicamentos.

La aplicación también le permite ver el historial de sus medicamentos, incluso las recetas que no se surtieron con Express Scripts.

¿Listo para obtener la aplicación?

1) Vaya a iTunes si tiene un iPhone o Google Play en un teléfono celular con Android.
2) Busque "Express Scripts".
3) Siga los pasos para instalar la aplicación en su teléfono celular.



4) Una vez instalado, necesitará registrar su cuenta, prepárese para brindar su correo electrónico e ID de miembro o su número de Seguro Social.

Si tiene preguntas sobre la aplicación o necesita ayuda para instalarla, llame a Express Scripts al **1-800-711-5672 (TTY: 711)**. Están para ayudarle las 24 horas del día, los siete días de la semana.

¿Necesita asistencia? **SCAN está aquí para ayudar.**

Información sobre ventas
1-800-915-7226; TTY: 711
8 a. m. a 8 p. m. hora del pacífico (PT), de lunes a viernes.
(La información sobre ventas está disponible los 7 días de la semana entre el 1 de octubre y el 14 de febrero).

Servicios para Miembros
1-800-559-3500; TTY: 711
8 a. m. a 8 p. m. hora del pacífico (PT), los 7 días de la semana.
Nota: Entre el 15 de febrero y el 30 de septiembre, los mensajes recibidos durante los fines de semana y los días feriados se contestarán en el plazo de un día laborable.

Síganos en Facebook
www.facebook.com/scanhealthplan

Visite nuestro sitio web
www.scanhealthplan.com

El Formulario, la red de farmacias o la red de proveedores pueden cambiar en cualquier momento. Recibirá un aviso cuando sea necesario. Esta información no es una descripción completa de los beneficios. Comuníquese con el plan para obtener más información. Se pueden aplicar limitaciones, copagos y restricciones. Los beneficios, primas o copagos/coseguros pueden cambiar el 1 de enero de cada año. SCAN Health Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. ATTENTION: If you speak another language, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-559-3500 (TTY: 711). ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-559-3500 (TTY: 711). **注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 1-800-559-3500（TTY：711）。**

scan HEALTH PLAN®

SCAN Club Editor
3800 Kilroy Airport Way, Suite 100
Long Beach, CA 90806-5616
SCANClub@scanhealthplan.com

NON PROFIT ORG
U.S. POSTAGE
PAID
PERMIT 1333
SANTA ANA CA

SCAN Health Plan® es un plan HMO que tiene un contrato con Medicare. La inscripción en SCAN Health Plan depende de la renovación del contrato. Hay otros proveedores disponibles en nuestra red.

Información de prevención o salud y bienestar

Y0057_SCAN_10050_2016F_SP File & Use Accepted 12252016 G10158 01/17

scanclub

4 Bienvenido a SCAN

5 Las *tres C* de la atención médica

7 Tres maneras de ahorrar en medicamentos en el 2017

2017
SCAN Discount Marketplace

Su membresía con SCAN Health Plan incluye beneficios además de la consulta con su médico. Las empresas a continuación ofrecen descuentos para los miembros de SCAN en una variedad de productos, para ayudarlo a mantener su salud e independencia.

Para más información, contáctese con las empresas enumeradas directamente, para pedir productos o coordinar los servicios que ofrecen. Asegúrese de mencionar que es miembro de SCAN para obtener el descuento. En www.scanhealthplan.com puede encontrar más detalles sobre las ofertas. Escriba "Discount Marketplace" en el cuadro de búsqueda en la parte superior de cualquier página.

TELÉFONOS CELULARES Y SERVICIO

El teléfono celular simplificado de Great Call ahora viene con las siguientes dos opciones:

- El teléfono inteligente Jitterbug tiene incorporadas aplicaciones de salud y seguridad: $104.99 + cargo mensual por servicio
- El teléfono plegable original Jitterbug con respuesta de urgencia 5Star: $69.99 + cargo mensual por servicio

Los dos vienen con un cargador para el auto gratis y se necesita pagar un cargo por activación de $25.

Great Call
1-800-587-5709
www.greatcall.com/scanhealthplan

ATENCIÓN QUIROPRÁCTICA Y OTRAS COMPLEMENTARIAS

Hasta un 30 % de descuento en acupuntura, atención quiropráctica, masajes, spa, clases de yoga y otras atenciones complementarias.

Healthways WholeHealth Living
1-800-274-7526
http://scan.wholehealthmd.com

SERVICIOS Y EQUIPOS DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS

Dispositivo móvil Lively Alert con respuesta de urgencia y detector de caídas opcional: $34.99 + cargo mensual por servicio y $25 por activación.

Great Call
1-800-587-5709
www.greatcall.com/scanhealthplan

Sistema personal de respuesta ante emergencias en el hogar de Tunstall con un monitoreo las 24 horas, los 365 días de año: $30 por activación y $16 por mes de cargo por monitoreo. Las llamadas de servicio son gratuitas.

Tunstall
1-866-435-2617
www.tunstall.com

AUDÍFONOS Y SERVICIOS

Ahorre hasta un 60 % en las mejores marcas y estilos. Exámenes auditivos gratuitos, baterías extras, tres años de garantía y arreglos en la oficina. Mencione el código SCAN100 para que le apliquen un descuento de $100 para un par de audífonos.

HearUSA
1-800-442-8231
https://members.hearusa.com/scan

Exámenes auditivos gratis y descuentos en audífonos. Los audífonos vienen con una garantía de tres años, baterías para dos años y revisiones de rutina gratuitas.

Epic Hearing Health Care
1-866-956-5400
www.epichearing.com

Descuentos de hasta un 60 % en más de 100 modelos diferentes de audífonos con una garantía de tres años y baterías extras. Los exámenes auditivos cuestan $75 con hasta tres visitas de seguimiento dentro del primer año.

TruHearing
1-844-255-7147
www.truhearing.com

SERVICIOS DE ATENCIÓN A DOMICILIO Y PERSONAL

Contáctese con las empresas a continuación para comparar los precios y los servicios para ayuda con el trabajo doméstico liviano, compras, preparación de comidas y atención personal. Los descuentos son sobre los precios por hora o por visita para atención temporal o a largo plazo.

AccentCare
1-800-834-3059
www.accentcare.com

Alta Home Care
1-866-279-9991
www.altahomecare.com

Cambrian Home Care
1-877-390-4300
www.caregiveroptions.com

ComforCare Senior
1-866-931-8431
www.diamondbarca.comforcare.com

Comfort Keepers
1-760-340-2166

Honor
1-323-886-9457
www.joinhonor.com

Orange County Home Care (Salus)
1-888-725-8742

VNA Care At Home
1-877-862-4471

2017 SCAN Discount Marketplace *(continuación)*

ENTREGA DE COMIDAS A DOMICILIO

Descuento de hasta el 20 % en comidas nutritivas enviadas a domicilio. Comidas especiales disponibles para dietas saludables para el corazón, para diabéticos o bajas en sodio.

- **LifeSpring Home Nutrition**
  1-800-798-5767
  www.lifespringmeals.com
- **Susan's Healthy Gourmet**
  1-888-EZ-MEALS
  (1-888-396-3257)
  www.susanshealthygourmet.com

Mencione SCAN o ingrese el código de descuento "SCAN" y por solo $6.49 por comida más envío puede recibir comidas frescas y saludables en su domicilio. Elija entre más de 60 platos diferentes.

- **Mom's Meals NourishCare®**
  1-877-347-3438
  www.MomsMeals.com/SCAN

SUMINISTROS PARA LA INCONTINENCIA Y LA HIGIENE

Comuníquese directamente con la empresa para los descuentos disponibles para los miembros de SCAN en suministros para la incontinencia e higiene personal, así como también para los productos de salud y seguridad.

- **AC Adderson Healthcare, Inc.**
  1-888-737-2055
  www.acadderson.com

SEGURO PARA MASCOTAS

Ahorre un 10 % en el seguro de salud más prestigioso y fácil de entender para sus amigos peludos. Utilice el siguiente código de descuento: SAVE A PET

- **Healthy Paws**
  1-800-453-4054
  http://www.healthypawspetinsurance.com/pethealth/scanhealthplan

TRANSPORTE

Hasta un 20 % de descuento en servicios de transporte, incluye ambulancia, taxi, coche para silla de ruedas y servicios de camillas.

- **LogistiCare Solutions, LLC**
  1-877-440-7433
  www.logisticare.com
- **National MedTrans Network**
  1-844-714-2217
  www.natmedtrans.com/scan-discount-marketplace

SERVICIOS PARA LA VISIÓN

Descuentos en exámenes y materiales, incluye un 35 % de descuento en marcos cuando se compran con los lentes. Costo reducido en cirugía correctiva con los médicos de U.S. Laser Network.

- **EyeMed Vision Care**
  1-844-226-2850
  www.eyemedvisioncare.com

Los lentes de contacto se encargan en línea y se entregan a domicilio dentro de 5 a 7 días con el envío estándar gratuito.

- **ContactsDirect**
  www.contactsdirect.com

PÉRDIDA DE PESO

50 % de descuento en el cargo por inscripción para Jenny Craig All-Access más un 5 % de descuento en la toda la comida Jenny Craig*

- **Jenny Craig**
  1-877-Jenny70 (1-877-536-6970)
  www.jennycraig.com/scan

*50 % de descuento sobre el cargo por inscripción de $99. Se requieren los cargos de inscripción y mensuales de $19, más el costo de la comida y el envío.

scan HEALTH PLAN®

Los productos y servicios que se describen aquí no se ofrecen ni se garantizan según el contrato con el programa de Medicare. Además, no están sujetos a los procesos de apelaciones de Medicare. Cualquier disputa sobre estos productos y servicios puede estar sujeta al proceso de queja de SCAN.