

# Tu guía para empezar



## Te damos la bienvenida al plan Aetna Better Health

Encuentra todo lo que necesitas saber sobre tus beneficios, recursos y adicionales valiosos de SoonerSelect, todo en un solo lugar:

- Descarga tu manual para miembros.
- Aprende cómo encontrar o cambiar tu proveedor de atención primaria.
- Encuentra farmacias y ve si tus medicamentos están en la lista de medicamentos de tu plan.
- Realiza el examen de riesgos para la salud para nuevos miembros.
- Conoce todas las formas en que puedes acceder a la atención.
- Explora tus beneficios cubiertos y adicionales sin costo.
- Utiliza el portal para miembros.

Escanea el  
código QR o visita  
**[go.aetna.com/  
ok-empezar](https://go.aetna.com/ok-empezar)**



Aetna Better Health®  
of Oklahoma



# Tu lista de verificación para comenzar

Estos sencillos pasos pueden ayudarte a comenzar a usar tus beneficios de SoonerSelect con confianza. Esta guía te ayudará a empezar.

- |                          |                                                            |                                                                                                                                                                         |
|--------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <b>¿Recibiste tu tarjeta de identificación de miembro?</b> | Si no la recibiste por correo, llámanos al <b>1-844-365-4385 (TTY: 711)</b> para que te envíen otra.                                                                    |
| <input type="checkbox"/> | <b>Confirma a tu proveedor de atención primaria (PCP)</b>  | Verifica el nombre del PCP en tu tarjeta de identificación de miembro. Si no es correcto, puedes cambiarlo en cualquier momento en el portal de miembros o llamándonos. |
| <input type="checkbox"/> | <b>Programa tu control anual con tu PCP</b>                | Cubrimos las visitas de PCP sin costo para ti. Tu PCP te ayudará a hacer un plan para un año saludable en el futuro.                                                    |
| <input type="checkbox"/> | <b>Completa el examen de salud para nuevos miembros</b>    | Es el primer paso para obtener una atención experta más personalizada. Puedes completar el examen en el portal para miembros.                                           |
| <input type="checkbox"/> | <b>Descubre tus beneficios adicionales sin costo</b>       | Consulta “Tus beneficios adicionales” en la página 3 para obtener más información.                                                                                      |
| <input type="checkbox"/> | <b>Consulta tu Manual para miembros</b>                    | Consulta “Tu guía de consulta para usar tu plan de salud” en la página 6 para obtener más información.                                                                  |



## Crea tu cuenta en el portal de miembros

Escanea el código QR o ve a [go.aetna.com/ok-portal-es](https://go.aetna.com/ok-portal-es). Allí puedes:

- Ver tu tarjeta de identificación de miembro
- Cambiar tu PCP
- Realizar el examen de salud para miembros nuevos
- Y más

# Tus beneficios adicionales

Cobertura en la que puedes confiar, que incluye adicionales sin costo

Tu plan cubre lo básico, como lo siguiente:

- Atención médica
- Medicamentos recetados
- Atención de salud mental
- Cuidado de la vista
- Atención dental

Pero eso es solo el comienzo. También brindamos beneficios adicionales para favorecer tu bienestar físico, mental y financiero. Eso incluye lo siguiente:



**Una asignación trimestral de \$50** para artículos de salud de venta libre (OTC), como medicamentos para el resfriado y productos de cuidado personal.



**Tarjetas de regalo** por tomar medidas saludables como hacerse controles anuales, aplicarse vacunas y más.



**Consulta en el hogar para una evaluación de salud** para controlar tu salud, responder tus preguntas y ayudarte a mantenerte al día con tu atención.



**Viajes sin costo** a entrevistas de trabajo, tiendas de comestibles, servicios comunitarios y sociales y más.



**Un teléfono inteligente o una tarjeta SIM** con un plan de servicio móvil sin costo para ayudarte a mantenerte conectado.

**Averigua lo que está cubierto**

Escanea el código QR o ve a [go.aetna.com/ok-beneficios](https://go.aetna.com/ok-beneficios) para ver todos los beneficios de tu plan.



# Encuentra a tu socio en la salud

Tu PCP es tu socio principal en la salud.



Incluso cuando te sientas bien, debes consultar a tu PCP para un control anual. Es una oportunidad para hacer preguntas, detectar nuevos problemas de salud y prevenir futuros problemas.

Si estás controlando una afección crónica, tu PCP es como el capitán de tu equipo de atención. Pueden derivarte a otros proveedores según sea necesario. Además, se asegurarán de que todos trabajen juntos para respaldar tu atención.

## Encuentra el PCP adecuado para ti

Visita **AetnaBetterHealth.com/OK-lista-de-proveedores** para buscar en nuestro directorio de proveedores. O llámanos para solicitar un directorio de proveedores impreso.

### RECORDATORIO

Puedes cambiar tu PCP en cualquier momento en tu portal para miembros o llamándonos.

**Es importante encontrar un PCP que satisfaga tus necesidades. Al elegir un PCP, pregúntate:**



¿Es fácil llegar al consultorio?



¿El horario de atención es cómodo para ti?



¿Ofrecen visitas virtuales?



¿Hablan tu idioma preferido?



¿El personal es amable y servicial?

## Ayúdanos a entender lo que necesitas para sentirte lo mejor posible



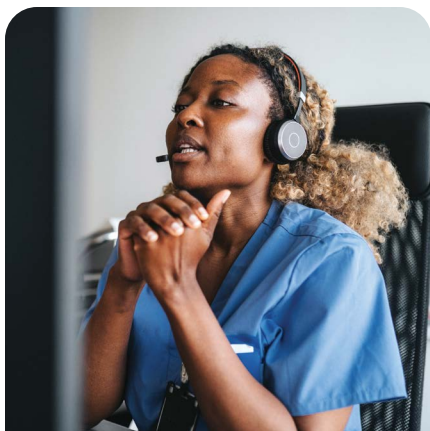
Completa el examen de salud para miembros nuevos.

Es el primer paso para obtener una atención más personalizada. Este es fácil y privado.

Puedes realizar el examen de salud en el portal para miembros. Escanea el código QR o ve a **go.aetna.com/ok-evaluacion** para comenzar.

# Recibe la atención que necesitas, cuando la necesites

Tu PCP es tu primera parada para recibir atención médica. Sin embargo, tienes opciones de atención para el momento y el lugar que necesites.



## Habla con una enfermera en cualquier momento

Nuestra línea de enfermería las 24 horas siempre está aquí para ti. Puedes hablar con una enfermera en cualquier momento, de día o de noche. Haz preguntas de salud, obtén información sobre el manejo de una afección y más.\*  
Simplemente llama al **1-844-365-4385** (TTY: 711).



## Accede a la atención fuera del horario de atención

Visita una clínica de atención de urgencia. Pueden ayudar con problemas que son urgentes, pero que no ponen en peligro la vida. Eso incluye problemas como los siguientes:

- Lesiones leves
- Síntomas similares a los de la gripe.
- Náuseas, diarrea u otros problemas digestivos.
- Infecciones
- Y mucho más



## Obtén atención de emergencia

En caso de síntomas graves o potencialmente mortales, busca atención médica de inmediato. Cubrimos los viajes en ambulancia. Puedes usar los servicios de cualquier hospital para recibir atención de emergencia, incluso si no está en nuestra red. Llama al **911** o acude a la sala de emergencias más cercana si experimentas lo siguiente:

- Dolor intenso
- Lesiones graves
- Enfermedad repentina
- Enfermedad que está empeorando rápidamente.

*\* Este mensaje es solo para fines informativos, no es un consejo médico y no pretende sustituir la atención médica adecuada proporcionada por un médico.*

# Tu guía de consulta para utilizar tu plan de salud

Tu manual para miembros cubre todo lo que necesitas saber sobre tu plan de salud. Úsalo para obtener información sobre lo siguiente:



- Qué cubre tu plan y qué no
- Cómo obtener tus medicamentos y usar tus beneficios de farmacia.
- Copagos y otros costos (si corresponde).
- Ayuda lingüística
- Qué se cubre fuera de la red de Aetna Better Health.
- Presentar una reclamación (si corresponde).
- Proveedores de nuestra red
- Obtener atención primaria, atención especializada y servicios de atención de salud conductual.
- Cómo obtener una remisión (si es necesario).
- Cómo y cuándo usar la atención en la sala de emergencias.
- Recibir atención después del horario normal de oficina o fuera de la red.
- Presentar una queja o reclamo.
- Apelar una decisión que afecte tu cobertura, beneficios o relación con tu plan.
- Cómo tomamos decisiones sobre los beneficios cubiertos.
- Tus derechos y responsabilidades como miembro.
- Un aviso de prácticas de privacidad.

## ¿Tienes preguntas? Llámanos en cualquier momento



### Departamento de Servicios para Miembros

**1-844-365-4385 (TTY: 711)**

Durante las 24 horas, los 7 días de la semana



### Línea de enfermería

**1-844-365-4385 (TTY: 711)**

Durante las 24 horas, los 7 días de la semana



## Ver su manual para miembros

Escanea el código QR y visita [go.aetna.com/ok-guia-para-miembros](https://go.aetna.com/ok-guia-para-miembros). O llámanos al **1-844-365-4385 (TTY: 711)** para que te enviemos uno por correo.

# Recompensas que puedes ganar

La atención preventiva, como controles y pruebas de detección, es clave para que tú y tu familia se mantengan saludables. Tu plan cubre la atención preventiva sin costo adicional. Mejor aún, puedes ganar tarjetas de regalo por tomar medidas saludables. Esto es lo que puedes ganar.\*

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Atención preventiva</b>                 | <ul style="list-style-type: none"><li>• \$25 por completar una prueba de detección de cáncer de mama.</li><li>• \$25 por completar una prueba de detección de cáncer de colon.</li><li>• \$25 por completar una prueba de detección de cáncer de cuello de útero.</li><li>• \$20 por una lectura controlada de la presión arterial (139/89).</li></ul>                                                   |
| <b>Programa Maternity Matters</b>          | <ul style="list-style-type: none"><li>• \$25 por inscribirte en Maven y notificarnos de tu embarazo.</li><li>• \$25 por la primera visita prenatal (antes del nacimiento).</li><li>• \$100 para comprar una cuna portátil o un asiento de seguridad para 7 visitas prenatales.</li><li>• \$50 por una visita posparto de 7 a 84 días después del parto.</li></ul>                                        |
| <b>Programa de atención de la diabetes</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• \$15 por un examen de salud renal (análisis de sangre y orina).</li><li>• \$15 por un examen especial de la vista relacionado con la diabetes.</li><li>• \$15 por la prueba de A1C.</li><li>• \$50 cada mes para opciones de alimentos saludables (si has completado todas las evaluaciones anteriores).</li></ul>                                               |
| <b>Visitas de control del niño sano</b>    | <ul style="list-style-type: none"><li>• \$60 por completar 6 visitas de control del niño sano desde el nacimiento hasta los 15 meses.</li><li>• \$40 por completar 2 visitas de control del niño sano de 16 a 30 meses.</li><li>• \$25 por un control de bienestar infantil para niños de 3 a 20 años.</li><li>• \$50 por completar todas las vacunas infantiles antes del segundo cumpleaños.</li></ul> |

*\*Debes ser elegible para recibir ciertas recompensas. Consulta tu manual para miembros para conocer la elegibilidad.*

Aetna cumple con las leyes federales de derechos civiles vigentes y no discrimina por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

**ENGLISH:** ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-844-365-4385 (TTY: 711)**.

**ESPAÑOL:** ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-844-365-4385 (TTY: 711)**.

**CHÚ Ý:** Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **1-844-365-4385 (TTY: 711)**.

Ve a **[go.aetna.com/ok-ndn-es](https://go.aetna.com/ok-ndn-es)** para ver nuestro aviso completo de no discriminación.



**ATTN: Member Services MWKR**  
Aetna Better Health® of Oklahoma  
PO Box 983110  
El Paso, TX 79998-3110

**Regístrate para recibir información por mensaje de texto o correo electrónico.**

Llámanos al **1-844-365-4385 (TTY: 711)** y proporciónanos tu dirección de correo electrónico o número de teléfono.

# **Bienvenido a Aetna Better Health of Oklahoma**

Todo lo que necesitas para comenzar a usar tu plan está aquí, en un solo lugar.

En su interior, encontrarás recursos útiles para comenzar a usar tu plan:

- ✓ Una lista de verificación sencilla para empezar
- ✓ Cómo elegir o cambiar tu proveedor de atención primaria (PCP)
- ✓ Dónde acudir para recibir atención, en el momento y en la forma en que la necesites
- ✓ Información sobre los beneficios y apoyos adicionales incluidos en tu plan
- ✓ Cómo usar tu manual para miembros y otros recursos

