

PRIMAVERA

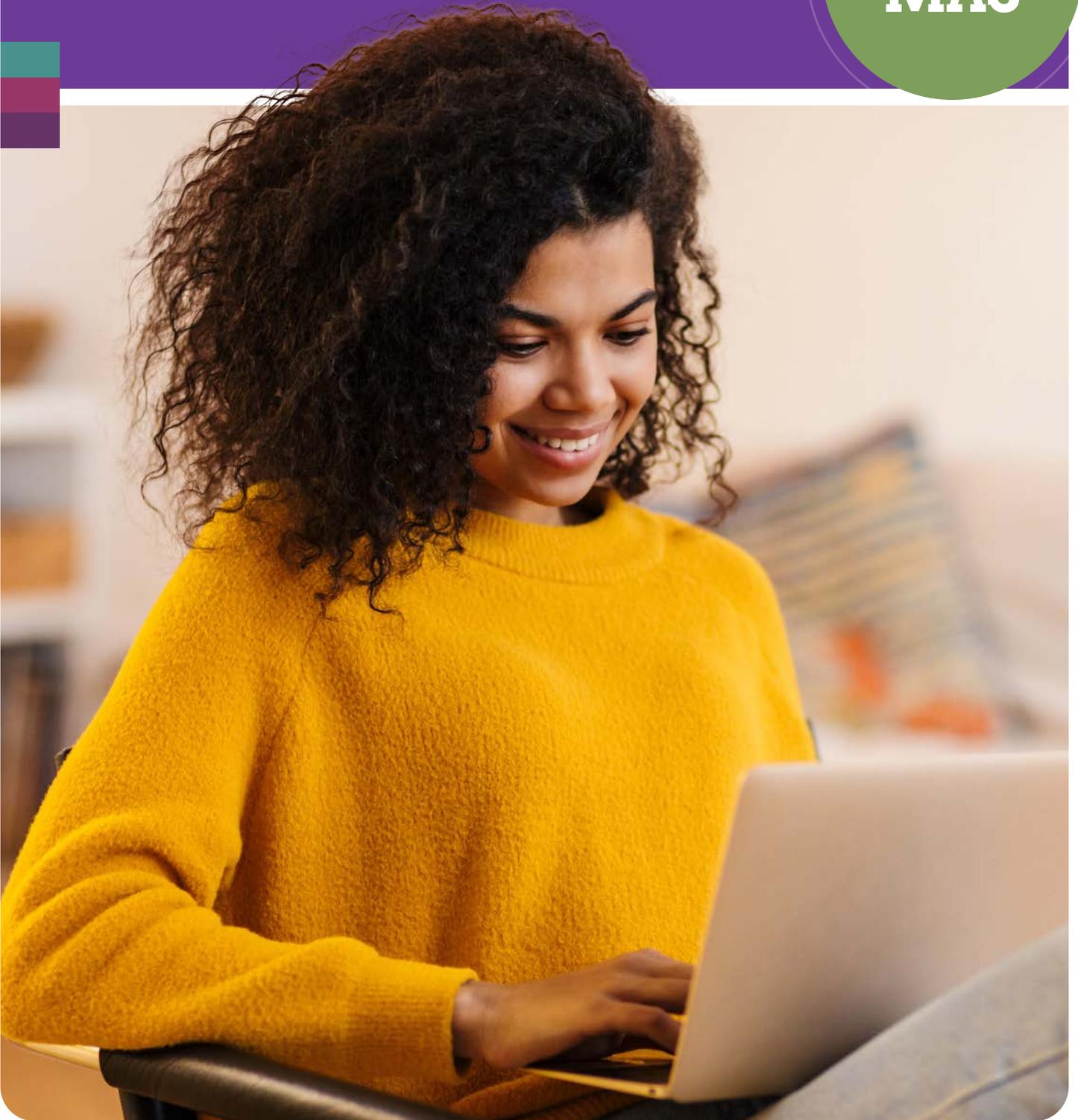
2025

# BOLETÍN PARA MIEMBROS

CONSEJOS DE SALUD IMPORTANTES DE NUESTRO DIRECTOR MÉDICO

PROGRAMAS DE MANEJO DE LA SALUD POBLACIONAL / ADMINISTRACIÓN DE CASOS DE IMPERIAL

+ MUCHO MÁS



IMPERIAL  
INSURANCE  
COMPANIES



IMPERIAL  
HEALTH PLAN  
OF THE SOUTHWEST

# CONSEJOS DE SALUD IMPORTANTES DE NUESTRO DIRECTOR MÉDICO

## ESTIMADO(A) MIEMBRO:

En Imperial Insurance Companies e Imperial Health Plan of the Southwest, su salud y bienestar son lo primero. Ya sea que viva en Texas, Arizona, Nevada o Utah, estamos aquí para ayudarle con una atención personalizada y con programas confiables.

Este boletín incluye recordatorios útiles acerca de la atención preventiva, exámenes de detección, atención de seguimiento y programas para ayudar a manejar su salud. También encontrará consejos para mantenerse saludable durante esta primavera. Cuando su médico no se encuentre disponible, por favor, comuníquese con nuestra Clínica Virtual para tener una llamada de apoyo por teléfono o video el mismo día.

## LA ATENCIÓN PREVENTIVA ES PODEROSA

Los servicios preventivos le ayudan a mantenerse saludable y a detectar los problemas de manera temprana. Muchos de estos servicios no requieren una autorización previa—solo una orden de su médico.

Estos servicios incluyen:

- Exámenes de detección de cáncer
- Revisiones de diabetes y colesterol
- Exámenes de detección de salud mental

Obtenga más información en el enlace:

[USPSTF Recommendations](#)

## MANTÉNGASE AL DÍA: CON QUÉ FRECUENCIA DEBE HABLAR CON SU MÉDICO

Aquí le presentamos algunos puntos que debe considerar discutir durante las consultas—o a través de nuestra Clínica Virtual si su médico no está disponible:

1. **Vacuna contra la gripe** – Cada temporada de gripe (otoño / invierno)
2. **Examen de detección de cáncer de mama** (mujeres de 50 a 74) – anualmente
3. **Examen de detección de cáncer colorrectal** (de 45 a 75 años de edad) – Colonoscopia (cada 10 años), prueba inmunoquímica fecal (fecal immunochemical test, FIT) – prueba de ADN en heces (cada 3 años), examen de sangre oculta en heces (fecal occult blood test, FOBT) (todos los años)
4. **Salud mental** – Por lo menos una vez al año o según sea necesario
5. **Salud y actividad físicas** – Consulte cómo el dolor o la salud puede estar limitando su vida diaria
6. **Examen de detección de osteoporosis** (mujeres mayores de 65 años o en riesgo) – Cada 2 años o antes luego de una fractura
7. **Riesgo de caídas** (mayores de 65 años o si se encuentran en riesgo) – Una vez al año o luego de una caída
8. **Control de la vejiga** (mayores de 65 años o si presenta síntomas) – Cada 6 meses
9. **Diabetes** (de 18 a 75 años de edad) – hemoglobina A1C, examen de la vista, examen renal, anualmente; consulte sobre las estatinas, si fuere necesario
10. **Presión sanguínea alta** (de 18 a 85 años de edad) – Intente que la presión sea menor que 140/90; consulte sobre las estatinas si se encuentra en riesgo
11. **Revisión de medicamentos** – En cada consulta; especialmente para el uso de largo plazo de opioides, benzodiazepinas o anticolinérgicos
12. **Luego de una consulta en la sala de emergencias** – Seguimiento con su médico dentro de un período de 7 días

**EN IMPERIAL INSURANCE COMPANIES E IMPERIAL HEALTH PLAN OF THE SOUTHWEST, SU SALUD Y BIENESTAR SON LO PRIMERO.**

## CUIDE DE SU MENTE Y DE SU CUERPO

### SALUD CORPORAL

Hable con su médico acerca de cómo se siente y si algo está limitando sus actividades diarias.

Si fuera necesario, Imperial puede ayudarle a programar una cita con un especialista.

### SALUD MENTAL

Si se está sintiendo ansioso(a), decaído(a) o cansado(a), hable con su proveedor.

Imperial se ha asociado con Lucet, una organización de salud conductual, para que lo(a) contacten con terapeutas autorizados.

En caso de crisis, visite el sitio web [988lifeline.org](http://988lifeline.org) o llame al 988.



### CONSEJOS SIMPLES PARA UNA PRIMAVERA MÁS SALUDABLE

- Las vacunas contra la gripe, el COVID-19 y el virus sincitial respiratorio (respiratory syncytial virus, RSV) pueden colocarse durante la misma consulta.
- Manténgase activo(a): incluso las caminatas cortas son útiles.
- Coma frutas y vegetales frescos de temporada.
- Beba abundante agua a menos que le hayan recomendado lo contrario.
- Programe su examen de bienestar, análisis de laboratorio o los exámenes de detección que necesite.

Visítenos en: [exchange.imperialhealthplan.com](http://exchange.imperialhealthplan.com)

## CÓMO IMPERIAL INSURANCE COMPANIES E IMPERIAL HEALTH PLAN OF THE SOUTHWEST LO(A) APOYAN

Ofrecemos programas de atención personalizada para ayudarle a satisfacer sus necesidades:

### Programas de manejo de la salud poblacional y administración de casos

Nuestros equipos ayudan con la coordinación de la atención, la programación de citas y el seguimiento con sus médicos.

### Programas de farmacia

Podemos responder preguntas acerca de sus medicamentos, ayudarle a encontrar alternativas de menor costo y le ofrecemos entrega a domicilio a través del servicio de pedidos por correo de Birdi.

Para obtener ayuda con cualquiera de estos programas, llámenos al (626) 788-0178.

## ¿NECESITA AYUDA? ESTAMOS A SOLO UNA LLAMADA DE DISTANCIA

Servicio	Número de teléfono
Administradores de casos	1-800-708-8273
Clínica Virtual	1-866-999-1415 (TTY: 711)
Servicio de salud conductual de Lucet (apoyo de salud mental)	1-833-838-8200 24 horas del día, 7 días de la semana
Departamento de farmacia	1-626-788-0178

En caso de crisis, visite el sitio web [988lifeline.org](http://988lifeline.org) o llame al 988.

Le deseamos que tenga buena salud,

**Dr. Muthukumar Vaidyaraman, MD, MBA, FACHE**  
Director médico

**Raelynn Schafer, RN, MBA**  
Directora de servicios clínicos

**Evelyn Cho, PharmD**  
Directora de servicios de farmacia y salud poblacional

# EQUIPO DE FARMACIA DE IMPERIAL



Nuestro equipo puede ser pequeño, pero somos una fuerza motriz de farmacéuticos, técnicos farmacéuticos y auxiliares de farmacia especialmente capacitados. Somos expertos en los beneficios de farmacia, la administración del formulario, las determinaciones de cobertura, las apelaciones y mucho más. Al trabajar juntos, nos centramos en optimizar la salud de nuestros miembros. ¡Colaboremos para tener una salud mejor!

## ¿CÓMO PUEDE HACER QUE LE ENVÍEN SUS MEDICAMENTOS RECETADOS POR CORREO A SU HOGAR?

Nos hemos asociado con el servicio de pedidos por correo Birdi para proporcionar una entrega conveniente en el hogar de sus medicamentos recetados sin costo adicional para usted. ¡Disfrute hoy del servicio gratuito sin complicaciones! Llame al 1-855-873-8739 (usuarios de TTY llamar al 711) o escribanos a [Patientcare@birdirx.com](mailto:Patientcare@birdirx.com), [www.medimpact.com](http://www.medimpact.com)

Para mantenerse actualizado sobre los cambios anuales y actualizaciones continuas de la lista de medicamentos cubiertos, incluidos los límites, requisitos u opciones preferidas, y si tiene cualquier otra pregunta relacionada con la farmacia, por favor, comuníquese con el equipo de farmacia. Comuníquese con nosotros a través de las opciones que se presentan a continuación. ¡Esperamos con ansias poder ayudarle!

## MANERAS DE COMUNICARSE CON EL EQUIPO DE FARMACIA DE IMPERIAL

[www.imperialhealthplan.com](http://www.imperialhealthplan.com)

Teléfono: (626) 788-0178

Fax: (626) 689-4232

Mensaje de texto: (626) 322-2933

Horario de atención: de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5:00 p.m.

## ¡VIAJE CON TRANQUILIDAD!

Planear un viaje es emocionante, pero algunas cosas no resultan como se planean. Imperial Insurance Companies e Imperial Health Plan of the Southwest ofrecen opciones de farmacia flexibles para garantizar que usted tenga los medicamentos que necesita—así que puede relajarse y disfrutar sus viajes.

### Excepción por vacaciones – Una vez por medicamento, por año

Si va a salir de la ciudad o viajar al extranjero, usted puede calificar para un **resurtido anticipado** de sus medicamentos mediante el programa de Excepción por Vacaciones. Este beneficio puede utilizarse una vez al año por cada medicamento. Para determinados medicamentos, podemos proporcionarle un suministro de hasta 100 días para cubrir el tiempo de su viaje, de manera que esté completamente preparado(a) y sin estrés.

## RESURTIDO DE MEDICAMENTOS PERDIDOS O DAÑADOS – UNA VEZ CADA 6 MESES, POR MEDICAMENTO

Si sus medicamentos se perdieron o dañaron accidentalmente, usted puede utilizar nuestro beneficio de Resurtido de Medicamentos Perdidos. Esto le permite que obtenga un surtido de reemplazo una vez cada 6 meses por cada medicamento.

Estamos aquí para ayudarle a mantenerse en control de su salud, ¡sin importar a dónde lo(a) lleven sus viajes!

# ACTUALIZACIONES SOBRE LOS BENEFICIOS Y GESTIÓN DE FARMACIA

Consulte su Evidencia de Cobertura (Evidence of Coverage, EOC) para visualizar las actualizaciones anuales sobre cómo utilizar el plan para obtener medicamentos cubiertos bajo sus servicios médicos y beneficios de farmacia.

- Cómo utilizar la cobertura de su plan para medicamentos recetados.
- Una explicación sobre los límites de cantidad.
- El proceso de sustitución genérica, intercambio terapéutico o protocolos de terapia escalonada.
- Cómo debe su médico enviar información para sustentar la cobertura de un medicamento que no está incluido en la lista de medicamentos cubiertos.

Acceda al portal dedicado del estado donde reside que se encuentra en el sitio web de Imperial para visualizar una lista de medicamentos cubiertos y seleccione el Formulario de Medicamentos ([Drug Formulary](#)) para ver las actualizaciones y detalles anuales y periódicos acerca de los medicamentos recetados cubiertos, incluidas las reglas de cobertura de medicamentos y las opciones preferidas.

Para ubicar una farmacia de la red cercana, seleccione el encabezado Farmacia Minorista ([Retail Pharmacy](#)).

Para entender los costos de sus medicamentos, seleccione su plan para revisar el **Resumen de Beneficios y Cobertura**.

También puede iniciar sesión en el portal para miembros o llamar a MedImpact al (844) 269-0977 para:

- Obtener información sobre los costos de sus medicamentos.

- Ordenar medicamentos de orden por correo existentes y vigentes.
- Encontrar una farmacia de la red cerca de donde usted reside por medio del código postal.
- Explorar las alternativas genéricas.

<https://exchange.imperialhealthplan.com/>

Por favor, comuníquese con el Departamento de Farmacia de Imperial al (626) 788-0178 si tiene alguna pregunta. Además, para mejorar la calidad y claridad de la información de los beneficios de farmacia, por favor, reporte cualquier error o comparta su opinión.

## Además, dependiendo de la elegibilidad, ofrecemos diversos beneficios de salud:

Visite la página del Programa de Manejo de la Salud ([Health Management Program](#)) en nuestro sitio web para obtener más información sobre nuestros programas, los criterios de elegibilidad, las maneras de acceder a los servicios, las opciones para participar o no participar en los programas y los procedimientos de referencia para la administración de casos.

## Beneficio de salud conductual

¡Estamos emocionados de compartir que Imperial ofrece beneficios de salud conductual sin costo adicional alguno para usted! Consulte la página 7 para obtener más información. Este servicio coordina su tratamiento y lo(a) conecta con los recursos adicionales que usted pueda necesitar. El administrador de su atención, un(a) clínico(a) de salud conductual autorizado(a) que se especializa en la administración de la atención, estará ahí para ayudarle. Para obtener más información, comuníquese con el Departamento de Membresía de Imperial al 1-800-595-0619\* (TTY: 711).

## PORTAL DE PAGOS PARA MIEMBROS

1. Vaya a nuestro sitio web: [www.imperialhealthplan.com](http://www.imperialhealthplan.com). Seleccione el estado y condado donde reside en el menú desplegable bajo "Marketplace".
2. Desplácese hacia abajo en la página del estado hasta que vea la opción "Pay Online".
3. Usted será redirigido(a) a nuestro portal de pago seguro. Presione "Go to URL".
4. Ubique su cuenta ingresando su número de Seguro Social.
5. El monto actual de su deuda aparecerá en la pantalla. Presione el plan para el que desea realizar el pago. Seleccione "Make a Payment". También puede registrarse en la opción de pago automático.
6. Seleccione "Payment Amount." Usted puede seleccionar el "Monto actual" ("Current Amount") de la deuda o ingresar un "Monto personalizado" ("Custom Amount").
7. Añada el método de pago e ingrese los detalles de su tarjeta de crédito, tarjeta de débito o cuenta de cheques.
8. Revise su pago y seleccione "Submit" para enviar su pago.
9. Una vez que envíe su pago, usted recibirá una confirmación en la página siguiente.

### RECORDATORIO

# PROGRAMAS DE MANEJO DE LA SALUD POBLACIONAL/ ADMINISTRACIÓN DE CASOS DE IMPERIAL

Salud poblacional significa observar la salud de todas las personas de nuestra comunidad y encontrar maneras de ayudarlas a mantenerse saludables. En Imperial Insurance Companies e Imperial Health Plan of the Southwest, nos enfocamos en mejorar la salud de todos nuestros miembros y no solo en tratar las enfermedades. Consideramos factores como el nivel socioeconómico, raza / etnia y redes sociales, ya que todos pueden tener un impacto en la salud. Nuestro objetivo es proporcionar una atención de alta calidad que satisfaga las necesidades de todos.

Estos programas nos ayudan a entender y abordar las necesidades de salud únicas de nuestra comunidad.

## ALGUNOS DE LOS PROGRAMAS QUE OFRECEMOS INCLUYEN:



PROGRAMA DE MANEJO DE LA DIABETES



PROGRAMA PARA DEJAR DE FUMAR



PROGRAMA DE MANEJO DEL ASMA



PROGRAMA DE ADMINISTRACIÓN DE CASOS

Para obtener más información sobre nuestros programas, por favor, llame al: (626) 788-0178\* (TTY:711), de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5:00 p.m.

## PERÍODO DE INSCRIPCIÓN ESPECIAL – ¡OBTENGA LA COBERTURA AHORA!

Si ha experimentado recientemente un evento en la vida que califica—tal como perder la cobertura de salud, mudarse, casarse o tener un bebé—, usted puede ser elegible para inscribirse en un plan de salud o cambiar de plan fuera del Período de Inscripción Abierta anual.

### ¿QUIÉN CALIFICA?

Aquellos que han pasado por cambios significativos en su vida, tales como:

Perder el seguro de salud otorgado a través del empleo

Mudarse a una nueva área

Casarse, divorciarse o tener nuevos dependientes

Otros eventos que califican

¡Estamos aquí para ayudar! Comuníquese con nosotros hoy para revisar sus opciones y encontrar el mejor plan para usted.

## COMPLETE SU EVALUACIÓN DE RIESGOS DE SALUD

Visite la página del Programa de Manejo de la Salud ([Health Management Program](#)) en nuestro sitio web para obtener consejos de salud prácticos, servicios de atención preventiva, evaluación de riesgos de salud y herramientas de autogestión para ayudarle a permanecer en control de su bienestar.

Complete su evaluación de riesgos de salud hoy mismo para obtener información valiosa sobre su salud y ¡para acceder a recursos de bienestar personalizados! Envíe la evaluación a su plan de salud por correo —la dirección postal está disponible en nuestro sitio web— o llame al Departamento de Membresía\* para recibir asistencia.

### ESTAMOS AQUÍ PARA USTED

Recuerde que nosotros siempre estamos aquí para ayudarle. Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda, comuníquese con nosotros. También puede encontrar más información en nuestro sitio web.

 **RECORDATORIO**

# RECORDATORIOS ADICIONALES



## LUCET HACE QUE ENCONTRAR APOYO PARA SALUD CONDUCTUAL SEA SIMPLE

Sabemos que encontrar el apoyo correcto para la salud mental puede, algunas veces, ser abrumador. Aquí en Imperial Insurance Companies e Imperial Health Plan of the Southwest, queremos hacer que esta travesía sea más sencilla, y ese es el motivo por el que nos hemos asociado con Lucet: para proporcionarle los recursos que le ayuden a obtener la atención que merece.

Ya sea que esté buscando una ayuda inmediata o una atención continua, Imperial y Lucet están aquí para ayudarle las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Con Lucet, usted puede:

- Encontrar atención rápidamente—Lucet lo(a) ayudará a orientarlo(a) para recibir los servicios correctos, de manera que no tenga que explorar el sistema por sí mismo(a). Como encargado de la salud mental de Imperial, le ayudarán a conectarse con los servicios y recursos adecuados en una sola llamada telefónica. Los navegadores de atención de Lucet discutirán sobre sus necesidades, sus preferencias con respecto a la ubicación y los proveedores y le programarán directamente una cita.
  - Acceder a los recursos de salud mental a solicitud — El Centro de Recursos de Lucet tiene una amplia variedad de recursos sobre temas de salud mental y conductual que están disponibles para usted en cualquier momento. Desde descubrir los mitos y realidades de la salud mental mediante nuestras Herramientas de Concientización sobre Salud Mental hasta obtener más información sobre los Trastornos de Abuso de Sustancias, ellos lo(a) orientarán para obtener los recursos correctos y se reunirán con usted donde se encuentre.
  - Recibir apoyo para el manejo de la atención — Los equipos de Manejo de la Atención de Lucet ayudarán a coordinar su atención y lo(a) apoyarán para acceder al tratamiento adecuado, entender los beneficios de la salud conductual y los recursos comunitarios, y le permitirán que se centre en lo que le importa sin preocuparse por los detalles de una manera completamente gratuita.
- Cuidar de su salud mental debe ser fácil y, con Lucet, lo es. Para obtener más información y empezar a cuidar de su salud mental, llame a Lucet, el socio de salud conductual de Imperial, al 1-833-838-8200, en cualquier momento.



## SI TIENE ALGUNA PREGUNTA, COMUNÍQUESE CON EL DEPARTAMENTO DE MEMBRESÍA DE IMPERIAL AL \*1-800-595-0619 (TTY: 711)

Desde el 1° de octubre hasta el 31 de marzo: de lunes a domingo de 6:00 a.m. a 4:00 p.m., hora del Pacífico, y desde el 1° de abril hasta el 30 de septiembre: de lunes a viernes de 6:00 a.m. a 4:00 p.m., hora del Pacífico.

La inscripción en Imperial Insurance Companies e Imperial Health Plan of the Southwest depende de la renovación del contrato. Los beneficios, características o dispositivos varían según el plan y se aplican limitaciones y exclusiones según el área. Esta información no es una descripción completa de los beneficios. Para obtener más información, llame al 1-800-595-0619 (TTY: 711). Se pueden aplicar limitaciones, copagos y restricciones. Los beneficios, las primas y/o los copagos/coseguro podrían cambiar el 1° de enero de cada año. Imperial Insurance Companies e Imperial Health Plan of the Southwest (HMO) (HMO SNP) cumplen con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por cuestiones de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o género/ comply with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-595-0619 (TTY: 711). ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-800-595-0619 (TTY: 711).