

# SU CAMINO hacia la Salud

1



## Comience aquí

### Su salud es lo primero.

- Gozar de buena salud es importante para usted y su familia.
- Hágase los exámenes de rutina periódicamente.
- Mantenga toda la información sobre su salud en un solo lugar.



2

### Su salud es lo primero.

- Hable con su compañía de seguro para averiguar cuáles son los servicios que cubre su plan.
- Conozca cuánto debe pagar de copagos, deducibles y coseguro.
- Sepa cuál es la diferencia entre atenderse con un proveedor de la red o fuera de la red del plan.



3



### Busque un proveedor.

- Pregúntele a las personas de su confianza.
- Consulte la red de proveedores de su plan.
- Si le asignan un proveedor y lo quiere cambiar, comuníquese con su plan.
- Averigüe por Internet.

### ¿Qué es un proveedor?

A lo largo de esta publicación, usamos el término proveedor para referirnos a un profesional de la medicina. En muchos casos es un médico, pero también puede ser un/a enfermera/o licenciada/o u otro profesional de la salud. Una red es un grupo de centros médicos, proveedores de la salud y de insumos que ha contratado su seguro/plan para ofrecerle los servicios médicos. Por lo general, nos referiremos a ellos como proveedores de la red del plan.

4



### Haga una cita.

- Avíseles que es un paciente nuevo.
- Dígalos el nombre de su seguro.
- Haga la cita con el proveedor que le interesa y explíqueles el motivo de su cita.
- Pída las fechas y el horario que le convenga a usted.

5



### Prepárese para la primera visita.

- Lleve la tarjeta de su seguro.
- La lista de los medicamentos que toma.
- Haga una lista de preguntas y temas que desea hablar con su médico y durante la visita tome notas.
- Si fuese necesario deje que alguien lo acompañe para que le ayude.

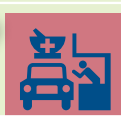
6



### Decida si está conforme con su proveedor de la salud

- Decida si está conforme con su proveedor de la salud
- Usted debe sentirse cómodo con el médico que lo atiende.
- Debe entender lo que le explica su médico y poder comunicarse con él fácilmente.
- Recuerde: ¡Si no está conforme, cambie de proveedor!

7



### Los pasos a seguir después de su cita

- Siga las instrucciones de su médico.
- Compre los medicamentos que le recetaron.
- Si fuese necesario, haga una cita de seguimiento.
- Si tiene preguntas, llame a su plan o a su proveedor