

Florida

BLUE

MEDICARE SUPPLEMENT BILINGUAL EDITION
Fall/Winter 2005

helping
you
deal with
lifestyle
changes

Medicare Part D

page 4

BluePreferred

page 6

Lose weight

page 7

En español después
de la página 12

Blue Cross and Blue Shield of Florida
P.O. Box 44269
Jacksonville, FL 32231-4269

PRSR STD
U.S. Postage
Paid
Blue Cross
and Blue Shield
of Florida



**BlueCross BlueShield
of Florida**

An Independent Licensee of the
Blue Cross and Blue Shield Association

bcbsfl.com

Read *Florida Blue* online at bcbsfl.com.

S5904 61098 8 MS 1205SU 9SP

9MS

Florida

BLUE

EDICIÓN DE MEDICARE SUPPLEMENT
Otoño/Invierno de 2005

Le ayudamos
a enfrentar
los cambios en
el **estilo**
de vida

Parte D de Medicare

página 4

BluePreferred
página 6

Pierda peso
página 7

Lea *Florida Blue* por Internet en bcbsfl.com.



**BlueCross BlueShield
of Florida**

An Independent Licensee of the
Blue Cross and Blue Shield Association

bcbsfl.com



El ingreso a la página MyBlueServiceSM es ahora más fácil y rápido.

Usted expresó sus deseos y nosotros le escuchamos. Como su deseo era poder acceder a MyBlueService, su centro personalizado de autoservicio en línea*, sin tantos problemas, hemos modificado el proceso de registro para que sea más sencillo que nunca. Todo lo que necesita es su número del Seguro Social (Social Security), fecha de nacimiento y número de contrato del plan de salud. Una vez que haya ingresado a la

página, podrá crear su propio nombre de usuario y número de identificación personal (PIN).

¿No recuerda su nombre de usuario o su número de identificación personal? No se preocupe. También hemos facilitado este proceso. Basta con suministrar su número del Seguro Social (Social Security), su fecha de nacimiento y su número de contrato del plan de salud para crear un nuevo PIN y

recuperar el nombre de usuario olvidado. Es así de sencillo.

Así que pruebe ahora el servicio MyBlueService y obtenga información de su plan de salud cuando más le convenga. También puede enviarnos sus preguntas por correo electrónico, cambiar su dirección y revisar el estado de una reclamación, entre otros servicios.

*También en español

Véalo hoy mismo en bcbsfl.com.

Servicios para los asegurados

Si tiene preguntas o comentarios acerca de esta revista, escriba a:

Blue Cross and Blue Shield of Florida
P.O. Box 44269
Jacksonville, FL 32231-4269

Por favor incluya su número de contrato y su dirección completa cuando nos envíe correspondencia.

Florida

BLUE

EDICIÓN DE MEDICARE
SUPPLEMENT
Otoño/Invierno de 2005



4 Parte D de Medicare

Usted está cubierto por nuestro Plan Farmacológico BlueScript for Medicare Part D (BlueScript de la Parte D de Medicare).

6 Novedades

Conozca nuestro nuevo plan PPO BluePreferred Medicare Advantage y la cobertura de endoprótesis vasculares para pacientes en alto riesgo de accidentes cerebrovasculares.

7 Libérese del exceso de peso

Los programas de BlueComplements® pueden ayudarle.

8 Instrucciones por adelantado

Asegúrese de nombrar a un suplente para sus cuidados de la salud que lleve a cabo su voluntad.

9 Diabetes

Nuestro programa puede ayudarle a seguir su plan de tratamiento.

10 Preguntas sobre medicamentos

Si tiene alguna duda, pregunte a su médico o farmacéuta.

11 Hágase una revisión médica

No deje que el temor le impida buscar ayuda médica oportunamente.

©2005 Blue Cross and Blue Shield of Florida y Health Ink Communications. Los artículos aquí contenidos han sido escritos por periodistas o médicos profesionales que procuran presentar una información confiable y actualizada. Sin embargo, ninguna publicación puede reemplazar la atención y la asesoría de los médicos profesionales y se recomienda a los lectores que busquen dicha ayuda para solucionar sus problemas personales. Algunas de las imágenes que aparecen en esta publicación fueron suministradas por ©2005 PhotoDisc, Inc. ®Los nombres y símbolos de Blue Cross and Blue Shield of Florida son marcas registradas de servicio de Blue Cross and Blue Shield Association, una asociación de planes independientes de Blue Cross and Blue Shield. Las direcciones de sitios en Internet suministradas en esta publicación se incluyen exclusivamente a título de información para los lectores. Ni Blue Cross and Blue Shield of Florida ni sus subsidiarias se hacen responsables de la información suministrada en ellos. No relacionado con o respaldado por el Gobierno Estadounidense o del programa Federal de asistencia Medicare.

afíliese ahora para 2006

¿Está preparado para el programa farmacológico de Medicare (Parte D) que comienza el primero de enero de 2006? Debe pensar en afiliarse a un plan, a menos que tenga una cobertura farmacológica que, en general, sea tan buena como la cobertura farmacológica de Medicare*.

Blue Cross and Blue Shield of Florida está ofreciendo el plan BlueScript for Medicare Part D (BlueScript para la Parte D de Medicare) a quienes reúnen los requisitos para la Parte A de Medicare o están inscritos en la Parte B, o tienen ambas. La prima es de \$45.89 mensuales para la Opción 1, y de \$57.71 mensuales para la Opción 2, que ofrece una cobertura mayor. Para quedar cubierto a partir del primero de enero de 2006, debe afiliarse antes del 31 de diciembre de 2005.

Usted obtiene más

Con BlueScript for Medicare Part D, el deducible es únicamente de \$100 para medicamentos de marca, y no hay deducible anual para medicamentos genéricos. El copago para medicamentos genéricos en farmacias de la red** es de solo \$5.

Además, antes de que alcancen el monto del deducible, los asegurados del plan BlueScript for Medicare Part D no tendrán que pagar precios corrientes al por menor para

los medicamentos de marca con cobertura. Hemos negociado descuentos con las farmacias participantes.

¿A qué "brecha en la cobertura" se refieren?

También hemos negociado descuentos en los medicamentos recetados cubiertos para los asegurados del plan BlueScript for Medicare Part D durante la brecha en la cobertura, cuando el total de los costos en medicamentos recetados sea de \$2,251 hasta que sus gastos personales sumen \$3,600 al año. La Opción 2 le permite ahorrar todavía más porque amplía la cobertura en medicamentos recetados genéricos durante el periodo de la brecha.

Si sus gastos personales de medicamentos recetados superan \$3,600 durante 2006, su copago en el plan BlueScript for Medicare Part D es de únicamente \$2 para los medicamentos genéricos cubiertos y los medicamentos de marca preferencial de origen múltiple, y \$5 para todos los demás medicamentos cubiertos, o el 5 por ciento del costo. Se considera la cantidad que sea la mayor entre estas.

*Si tiene la Complimentary Coverage III o el Medicare Supplemental Insurance P6 y no fue notificado de sus opciones de seguro farmacológico, llámenos al (800) 948-7439. (Los usuarios de TTY, marquen 711.)

**Si compra en farmacias fuera de la red, los costos pueden ser mayores.

BlueScript for Medicare Part D

Opción 1

Los beneficios incluyen:

- Una red de farmacias con miles de puntos de venta.
- Descuentos negociados en medicamentos recetados*.
- \$0 de deducible para medicamentos genéricos.
- Copagos y coaseguro bajos.
- Solo \$100 de deducible para medicamentos de marca.
- Suministros de 90 días (a tres veces el copago) en farmacias minoristas o por correo.

Nuestro contrato con el programa Medicare no ofrece ni garantiza los productos y servicios que se describen a continuación. Tampoco están sujetos al proceso de apelaciones de Medicare. Cualquier disputa relacionada con estos productos y servicios puede estar sujeta al proceso de quejas formales de Blue Cross and Blue Shield of Florida.

- Un programa generoso que ofrece descuentos y productos y servicios con valor agregado.
- Programa Dental con Descuentos sin costo para usted: ahorre hasta 30 por ciento en coronas, tratamientos de conducto y empastes, entre otros.

Opción 2

Ofrece todo lo anterior más copagos bajos para medicamentos recetados genéricos durante la "brecha en la cobertura".

*Cada vez que a un asegurado se le solicite pagar el costo de medicamentos cubiertos sin importar el nivel de cobertura, la transacción se hará siempre según nuestro descuento negociado y no según el costo corriente al por menor.

BlueScript for Medicare Part D® for 2006

	Opción 1*			Opción 2*		
	Genéricos	Marca preferencial	Marca no preferencial	Genéricos	Marca preferencial	Marca no preferencial
Su Deducible:	\$0	\$100		\$0	\$100	
Cuando los costos de sus medicinas del:						
nivel 1 están entre \$0 y \$100**, usted paga:	\$5 de copago	\$100 (deducible)		\$5 de copago	\$100 (deducible)	
nivel 2 están entre \$101 y \$2,250**, usted paga:	\$5 de copago	\$30 de copago	40% del costo	\$5 de copago	\$30 de copago	40% del costo
nivel 3 son de \$2,251**, antes de que alcance los \$3,600 de desembolsos de su propio bolsillo, usted paga:	100%			\$5 de copago	100%	
Cuando los costos de los desembolsos para medicinas del:						
nivel 4 superan los \$3,600, usted paga la cantidad que sea mayor de las siguientes:	\$2 de copago por un medicamento genérico o de marca preferencial si se trata de un medicamento de origen múltiple, o 5% del costo	\$5 de copago o de coaseguro		\$2 de copago por un medicamento genérico o de marca preferencial si se trata de un medicamento de origen múltiple, o 5% del costo	\$5 de copago o de coaseguro	

*Los copagos señalados son para farmacias de la red.

**Esta cifra se basa en sus gastos personales y lo que paga Blue Cross and Blue Shield of Florida.

Para afiliarse

Su ahorro con la Parte D de Medicare podría ser considerable. Apresúrese. Las normas federales le dan plazo hasta el 15 de mayo de 2006 para afiliarse a un plan farmacológico de Medicare sin ningún tipo

de sanción. Para obtener su paquete de afiliación del plan BlueScript for Medicare Part D, llámenos al **(800) 809-8568** (Los usuarios de TTY, marquen **711**.)

➤ Mayor información en:

www.bcbsfl.com

(800) 809-8568

L-V, 8 a.m. a 8 p.m.;

S, 8 a.m. a 12 p.m.

Los usuarios de TTY, marquen **711** (Florida Relay)



Novedades

BluePreferred®

Un plan PPO Medicare Advantage que le permite elegir todos sus médicos

Blue Cross and Blue Shield of Florida ofrece ahora un plan de cobertura Medicare Advantage de cuidados de la salud totalmente nuevo, llamado BluePreferred®.

Este plan permite a los asegurados elegir sus proveedores de cuidados de la salud, como médicos y hospitales, en cualquier momento y sin necesidad de remisiones. Pero los asegurados pueden ahorrar si usan los proveedores de cuidados de la salud de la red respaldada por BluePreferred.* Por el momento, el plan está disponible solamente en los condados de Broward, Palm Beach, Hillsborough y Pinellas.

Copagos bajos

Cuando los asegurados acuden a los proveedores de cuidados de la salud de la red

de BluePreferred, disfrutan de copagos bajos y predecibles para servicios como consultas médicas y exámenes anuales, así como copagos fijos por servicios en hospitales, sin costos adicionales de reparto de gastos por servicios de médicos durante una hospitalización. Es más, no hay deducible por los servicios que reciben de los proveedores de cuidados de la salud que participan en la red.

Y hay más

BluePreferred reemplazará automáticamente su beneficio farmacológico en 2006 con el equivalente siguiente: la nueva cobertura farmacológica de la Parte D de Medicare. Además, BluePreferred ofrece mucho más. Averíguelo. ¡Llámenos hoy!

*Las redes están integradas por profesionales de cuidados de la salud certificados de manera independiente.

Mayor información en:

(800) 274-8183

Lunes a jueves de 8 a.m. a 9 p.m.; viernes de 9 a.m. a 9 p.m.
Los usuarios de TTY, marquen **711** (Florida Relay)

Medicare cubre endoprótesis vasculares para arterias carótidas para pacientes en alto riesgo de accidentes cerebrovasculares

Los pacientes de Medicare con bloqueos en las arterias carótidas y que corren gran riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular cuentan ahora con una opción menos invasiva que la cirugía: la colocación de endoprótesis vasculares. Se trata de sondas expansibles, de metal y en forma de malla similares a las que se usan comúnmente para abrir las arterias coronarias.

Para poder contar con esta cobertura, usted debe tener un bloqueo de 70 por ciento como mínimo en cada arteria carótida y presentar síntomas de accidente cerebrovascular, como accidente isquémico transitorio, que es una falta temporal del flujo sanguíneo al cerebro y que comúnmente se conoce como miniaccidente cerebrovascular.

Mayor información en:

www.medicare.gov

Libérese del exceso de peso

Alrededor de 112,000 muertes en Estados Unidos están relacionadas con la obesidad¹. La realidad es que dos de cada tres estadounidenses tienen sobrepeso o son obesos.

Su salud puede mejorar con el solo hecho de perder 10 por ciento de su peso corporal. Por cierto, consulte a su médico antes de comenzar cualquier dieta o programa de ejercicios.

BlueComplements^{®2}, nuestro programa de descuentos relacionados con la salud, puede ayudarle a perder esas libras de más. Aproveche la ventaja que ofrecen los programas Jenny Craig, GlobalFit y YMCA.

Programa para controlar el peso Jenny Craig[®]

Afíliase gratuitamente por 30 días en el plan TuneUp para ponerse en forma o reciba 50 por ciento de descuento en el programa de seis meses para perder peso Jenny Craig's OnTrack (Gold y Platinum).³ Seleccione el programa de un año Jenny Rewards⁵ y recibirá un descuento de 20 por ciento, además de descuentos en alimentos, que pasan del 10 al

35 por ciento a medida que avanza en el programa. Los centros Jenny Craig, a través de sus asesores capacitados, ofrecen asesorías individuales y personalizadas para perder peso y asesorías de mantenimiento. Jenny Direct también ofrece estos servicios a través de un programa sencillo que se ofrece en su hogar.

Llame al teléfono **(800) 597-JENNY**, una línea con servicio las 24 horas, los 7 días de la semana. (Los usuarios de TTY, marquen **711**.) También puede visitar a Jenny Craig en nuestra página en Internet, o escriba <http://jennycraig.com/offer/partners/bcbsfl.asp> en su explorador para registrarse e imprimir su cupón personalizado. Lleve el cupón y su tarjeta de asegurado al centro Jenny Craig para recibir una consulta gratuita e inscribirse en un programa.

GlobalFit[™]

El programa GlobalFit ofrece las tarifas por mes más bajas garantizadas (hasta 60% menos que las tarifas comunes) en más de 1.500 gimnasios participantes en la nación. Después de pagar una sola tarifa de afiliación podrá disfrutar de afiliaciones mensuales sin necesidad de contratos a largo plazo y transferir opciones a

otros gimnasios participantes, entre otras ventajas. Si desea más información, visite globalfit.com/bcbsfl o llame a la línea gratuita **(800) 294-1500**. (Los usuarios de TTY, marquen **711**.)

YMCA de First Coast en la Florida

Si vive en los condados de Duval, St. Johns, Clay, Baker o Nassau, puede disfrutar de descuentos con valor agregado en cualquiera de las 17 asociaciones familiares YMCA. Los descuentos incluyen tarifas de afiliación gratuitas y una sesión sin costo alguno, como una clase de natación o una sesión de entrenamiento personal. Para localizar la YMCA más cercana, llame a la línea gratuita **(888) 524-9622**. (Los usuarios de TTY, marquen **711**.)

¹Fuente: *Journal of the American Medical Association*.

²Los productos, la información y los servicios que se suministran a través del programa BlueComplements se ponen a disposición como cortesía con nuestros asegurados y no forman parte de la cobertura del seguro ni reemplazan la asesoría médica. BCBSF no respalda ni se hace responsable de los productos, los servicios o la información que proporcionen los proveedores integrantes del programa BlueComplements.

³Más el costo de la comida. El descuento solo es válido para la cuota de afiliación.

Usted necesita tener instrucciones por adelantado y un suplente

El caso de Terri Schiavo subraya la importancia de tener preparadas instrucciones por adelantado o un testamento vital para que quede documentado su deseo relacionado con el tratamiento al final de la vida en caso de que no pueda expresar dichos deseos usted mismo cuando llegue el momento.

Sin embargo, los expertos afirman que las instrucciones escritas por adelantado no son suficientes. Usted también debe nombrar un suplente para sus cuidados de la salud y una persona sustituta. El suplente se asegurará de que se cumplan sus instrucciones por adelantado. Al discutir con sus médicos, el suplente puede tomar decisiones sobre cualquier asunto que no esté cubierto específicamente en sus instrucciones por adelantado.

Para evitar confusiones, Susan Ponder-Stansel, presidenta y Directora General del Community Hospice of Northeast Florida, Inc., aconseja discutir abierta y sinceramente lo relacionado con sus deseos con todos sus familiares. Por otra parte, es mejor llevar a cabo estas discusiones y llenar

sus documentos tan pronto como le sea posible, sin importar la edad que tenga.

“Decir a su suplente y a sus familiares cuáles son sus deseos es una manifestación de amor hacia ellos porque les quita ese peso de encima”, comenta Ponder-Stansel.

En general, entre los asuntos cubiertos en las instrucciones por adelantado están los casos en los que usted desea o no desea que se le someta a la reanimación cardiopulmonar y a la alimentación o respiración artificial, así como el tratamiento para aliviar los síntomas y el dolor.

Hay muchas muestras de instrucciones por adelantado disponibles. Cualquiera que sea el documento que vaya a usar, debe firmarlo en presencia de dos testigos. Después, es responsabilidad suya informar a su médico de la existencia del documento. El estado de la Florida también recomienda que suministre una copia de sus instrucciones por adelantado a su médico y hospital para que la anexe a su expediente médico.

Para designar un suplente para sus cuidados de la salud y una persona sustituta, debe redactar y firmar un documento que los identifique. También es necesario que lo firme en presencia de dos testigos y suministre una copia fiel a su suplente o suplentes.



➤ Mayor información en:

Aging With Dignity
(Envejecer con Dignidad)
www.agingwithdignity.org

Florida Hospices and
Palliative Care, Inc.
www.floridahospices.org

Florida Department of Elder
Affairs (Departamento de la
Florida para Asuntos Relativos
a Personas Mayores)
<http://elderaffairs.state.fl.us>

The National Hospice and
Palliative Care Organization
(Organización Nacional de
Hospicios y Cuidados
Paliativos)
www.nhpco.org



Controle la diabetes

Si se le diagnosticó diabetes, sabrá que se trata de una enfermedad que no tiene curación. La diabetes puede causar estragos a su organismo, con complicaciones que dan lugar a amputaciones, enfermedades cardíacas, enfermedades renales, lesión de los nervios y pérdida de la vista.

Para controlar esta enfermedad y reducir el riesgo de complicaciones, la American Diabetes Association (Asociación Americana de la Diabetes) recomienda lo siguiente:

- Comer alimentos balanceados.
- Hacer ejercicio con regularidad.
- Perder peso.
- Hacerse exámenes médicos con frecuencia.
- Seguir el plan de tratamiento indicado por su médico.
- Hacerse exámenes anuales de la vista.
- Medir la glucosa en la sangre regularmente.
- Supervisar la presión arterial.
- Recibir cuidados de los pies con regularidad.

Suministros y equipos para mediciones

Hemos facilitado la manera como puede supervisar y controlar su enfermedad. Blue Cross and Blue Shield of Florida ha hecho arreglos para que usted reciba en la puerta de su casa los productos necesarios para el manejo de la diabetes y los suministros para hacer las mediciones relacionadas con esta enfermedad. Además no tendrá que pagar por adelantado ni presentar una reclamación y esperar el reembolso de Medicare y su póliza suplementaria de Medicare.

Liberty Medical es el principal proveedor de Medicare en la nación en lo que se refiere a suministros para personas diabéticas con servicio directo a los consumidores. Comuníquese con ellos llamando al **(800) 398-4779**. (Los usuarios de TTY, marquen **711**.)

Si desea conocer otros proveedores de equipo médico, consulte nuestro directorio de proveedores en línea en la página www.bcbsfl.com.

¿No sabe si tiene diabetes?

Usted no es el único. La mitad de quienes padecen esta enfermedad no lo saben. Lo invitamos a hacer un test de valoración de riesgo que puede encontrar en nuestra página en Internet www.bcbsfl.com, junto con información adicional sobre la diabetes y enlaces a asociaciones de salud relacionadas.



Mayor información en:

www.bcbsfl.com

En la sección Asegurados, haga clic en Salud y Bienestar y luego en Programas de Salud, Diabetes

American Diabetes Association

www.diabetes.org

¿Tiene dudas sobre los medicamentos?

Pregunte primero

Cuando se trate de medicamentos, no dude en consultar a su médico o su farmacéuta. No puede correr el riesgo de no estar informado. De acuerdo con el Institute for Safe Medication Practices (Instituto para el Uso Seguro de los Medicamentos), cerca de dos millones de hospitalizaciones se producen anualmente debido a los medicamentos recetados. Es de vital importancia comprender la manera como funciona un medicamento y los efectos posibles que puede tener en su salud.

Un estudio realizado en 1999, en el que participaron farmacias comunitarias de ocho estados y que fue encargado por la FDA (Administración de Alimentos y Medicamentos), reveló que el 87 por ciento de los pacientes recibió información escrita con sus medicamentos recetados. Sin embargo, solo el 35 por ciento de los farmacéutas hizo referencia a un folleto escrito y solo el 8 por ciento se tomó el trabajo de revisarlo con sus pacientes.

Para que usted conozca mejor los medicamentos que toma, el National Council on Patient Information and Education diseñó el documento titulado “Preguntas que debe hacer al obtener un nuevo medicamento recetado”. Se aconseja obtener respuesta a las preguntas siguientes antes de

tomar cualquier medicamento:

- ¿Cuál es el nombre del medicamento y qué se supone que debe hacer?
- ¿Es un medicamento de marca o genérico? (¿Hay una presentación genérica disponible?)
- ¿Cuándo debo tomar el medicamento y por cuánto tiempo?
- ¿Debo tomar el medicamento en ayunas o con algún alimento?
- ¿Qué alimentos, bebidas, medicamentos, suplementos dietéticos o actividades debo evitar mientras tomo este medicamento?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios posibles y qué debo hacer en caso de tener alguno?
- ¿Cuánto debo esperar para que el medicamento comience a hacer efecto y cómo sabré si está funcionando?
- ¿Funcionará este nuevo medicamento recetado de manera segura con otros medicamentos recetados o de venta libre que estoy tomando?
- ¿Cómo debo almacenar este medicamento en mi casa?

La FDA también recomienda que los pacientes pregunten lo siguiente a sus médicos:

- ¿Qué pasa si se me olvida tomar una dosis?
- ¿Puedo pulverizar o partir la tableta que se me ha recetado?

Las tres erres para el uso seguro de los medicamentos

Para protegerse de efectos médicos no deseados cuando tome un medicamento recetado o de venta libre, recuerde las tres erres:

Riesgo

Reconozca que todos los medicamentos tienen riesgos y beneficios. Usted debe sopesar cada uno cuidadosamente con cada medicamento que tome.

Respeto

Respete el poder de su medicamento y el valor de los medicamentos cuando se usan apropiadamente.

Responsabilidad

Responsabilícese de aprender cómo tomar cada medicamento de manera segura. Cuando tenga dudas, pregunte primero. Su profesional de cuidados de la salud puede ayudarle a entender claramente la información necesaria para usar correctamente los medicamentos.



Mayor información en:

[www.talkaboutrx.org/
questions_new_
prescrip2005.isp](http://www.talkaboutrx.org/questions_new_prescrip2005.isp)

No deje que el temor le impida hacerse exámenes médicos



Tiene un dolor en el pecho. ¿Qué le puede estar sucediendo?

- a. ¿Está teniendo un infarto?
- b. ¿Tiene angina de pecho?
- c. ¿Tiene acidez estomacal?
- d. ¿Está sufriendo un ataque de pánico?
- e. ¿Tiene algún nervio comprimido?
- f. ¿Tiene herpes?

Tiene fallas en la memoria. ¿Cuál puede ser la causa?

- a. ¿Demencia, como la enfermedad de Alzheimer?
- b. ¿Depresión?
- c. ¿Anemia?
- d. ¿Fiebre alta?
- e. ¿Deshidratación?
- f. ¿Deficiencia de vitaminas o malnutrición?
- g. ¿Algún medicamento?
- h. ¿Problemas de tiroides?
- i. ¿Alguna lesión leve en la cabeza?

Respuestas

El dolor en el pecho bien puede deberse a un infarto, y las fallas de memoria a demencia irreversible. Pero también pueden ser resultado de otros problemas, como los enumerados arriba, que los médicos casi siempre pueden tratar.

Algunas personas no buscan ayuda médica cuando deben porque tienen miedo de que se confirmen sus peores temores, como la mujer que ha detectado una masa en su seno pero que no quiere saber si es cáncer.

Otras no buscan ayuda profesional porque temen pasar por la vergüenza de que sus sospechas eran infundadas y saber que en realidad no tienen nada, como el hombre que va a la sala de emergencia con dolores en el pecho y el malestar resulta ser una indigestión.

Pero los médicos prefieren que sus pacientes los consulten por situaciones que resulten ser falsas alarmas en lugar de esperar demasiado tiempo con una enfermedad grave. Lo mismo sucede con los exámenes médicos, las inmunizaciones y los exámenes de detección que se recomiendan.

No deje que el temor le impida tomar medidas preventivas acertadas.

Siempre que tenga alguna duda, consulte a su médico; y cuanto antes, mejor. Por ejemplo, las primeras horas después de un infarto o accidente cardiovascular son críticas. De hecho, el retraso puede ser fatal.

La detección oportuna del cáncer puede salvarle la vida. Por ejemplo, la tasa de supervivencia a cinco años para el melanoma localizado, un tipo de cáncer de piel, es de 98 por ciento. Pero si se deja que el melanoma se extienda, la tasa de supervivencia es de solo 14 por ciento, según la American Cancer Society.

Manténgase al día con los exámenes médicos, las inmunizaciones y los exámenes de detección recomendados. Visite la sección de Salud y Bienestar en nuestra página en Internet. Allí encontrará enlaces de salud que muestran en detalle todos los exámenes de detección e inmunizaciones que recomienda el gobierno federal para usted y su familia.

Mayor información en:

www.bcbsfl.com



**BlueCross BlueShield
of Florida**

An Independent Licensee of the
Blue Cross and Blue Shield Association

What will you do with your savings?

“Spoil the grandkids rotten.”

MEDICARE PART D Prescription Drug Coverage



Lucky them. With our Medicare Part D prescription coverage, there's plenty of savings to spread around. Zero deductible on generic drugs. A low \$100 deductible on brand-name drugs. Enroll before the deadline to save even more. Pamper away. **Medicare beneficiaries, for your FREE information kit call 1-800-809-8569, 8 a.m.–8 p.m., Monday through Friday; 8 a.m.–noon, Saturdays.** TTY/TDD users, dial **711**. Please reference code 6074.

bcbsfl.com

Approved by the Centers for Medicare & Medicaid Services. Blue Cross and Blue Shield of Florida contracts with the federal government to administer the Medicare Part D prescription drug benefit in the state of Florida. This contract is renewed annually, and availability of coverage beyond the end of the current contract year is not guaranteed. S5904 64065 0905 SU CMS Approval Date: 10/2005