

Florida

# BLUE

EDICIÓN DE BLUEOPTIONS  
Otoño/Invierno de 2006

**Miniclínicas**  
página 20

**Nuevas herramientas**  
página 20

**Administrador de  
los beneficios  
de medicinas recetadas**  
página 29

**Nuevas y  
mejores  
soluciones  
para usted**

*Lea Florida Blue por  
Internet en [bcbsfl.com](http://bcbsfl.com).*



**BlueCross BlueShield  
of Florida**

An Independent Licensee of the  
Blue Cross and Blue Shield Association

[bcbsfl.com](http://bcbsfl.com)

## Servicios para los Asegurados

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

Pam Cashes

Blue Cross and Blue Shield of Florida

P.O. Box 44269

Jacksonville, FL 32231-4269

Correo electrónico: [pamela.cashes@bcbsfl.com](mailto:pamela.cashes@bcbsfl.com)

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

Florida

# BLUE

EDICIÓN DE BLUEOPTIONS

Otoño/Invierno de 2006



### 20 **Novedades**

Conozca miniclínicas, nuestros paneles de asegurados, las herramientas para mejorar el servicio, las noticias sobre la gripe aviar y las tarjetas de asegurado.

### 22 **Use sus beneficios para mantenerse sano**

Detecte los problemas con anticipación con sus beneficios de cuidados preventivos y bienestar.

### 23 **Sólo para mujeres**

Usted tiene cobertura para mamografías y cirugía de reconstrucción de seno después de una mastectomía.

### 23 **¿Tiene más de 50 años?**

Hágase un examen de detección de cáncer colorrectal.

### 24 **Preguntas frecuentes sobre la red**

Obtenga respuestas a las preguntas más frecuentes sobre la cobertura.

### 26 **Ofertas especiales para ahorrar dinero**

No se pierda estos descuentos.

### 28 **Farmacifolio**

¿Es una alergia o un efecto secundario a una medicina? Lo que usted debe saber.

### 29 **Nuevo administrador de los beneficios farmacéuticos**

Prime Therapeutics administrará nuestro programa de cobertura de medicinas recetadas en 2007.

### 29 **Lista de medicinas preferidas**

Entérese de las actualizaciones en la lista de medicinas recetadas.

### 30 **Informe Personal de Salud**

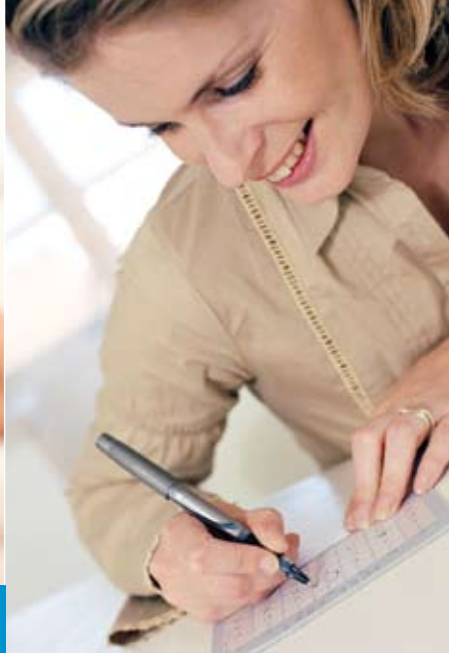
Entérese de las novedades.

### 30 **My Active Rewards**

Aproveche estas recompensas.

### 31 **Nuevamente se presenta esa ocasión.**

Nuestro nuevo programa para la Parte D de Medicare puede ser el plan adecuado para sus padres.



## Novedades

### Ampliamos el acceso con miniclínicas

Seguimos ampliando nuestras redes para ofrecerle opciones asequibles de cuidados de la salud. Durante el otoño comenzaremos a ofrecer miniclínicas como proveedores participantes en todas nuestras redes.

Las miniclínicas, o clínicas minoristas, son centros ambulatorios destinados para tratar enfermedades comunes que no ponen en riesgo a la gente. Están situadas en quioscos ubicados en negocios minoristas, como farmacias y supermercados. Por lo general, están abiertas 12 horas entre semana y de seis a ocho horas los sábados y domingos.

Los cuidados de la salud son ofrecidos por enfermeros especializados con maestría (ARNP, master's level nurse practitioner). Un médico comunitario ofrece supervisión médica. Los ARNP operan de acuerdo a una serie de protocolos clínicos que definen las condiciones médicas que pueden tratar. En las miniclínicas solo se da tratamiento a un número limitado de diagnósticos, como infección estrep-tocócica de la garganta, infecciones de oídos, bronquitis y gastroenteritis, entre otros. Si un paciente no reúne los requisitos para recibir tratamiento en la miniclínica, los enfermeros y

enfermeras especializadas lo referirán a un médico u otro establecimiento de cuidados de la salud.

Para localizar una miniclínica en su área, consulte en la sección Centros Convenientes de Cuidados de la Salud en nuestro directorio de proveedores en [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com), Encuentre un Médico u Hospital.

---

### Únase ahora y podría ganar un bono de regalo de \$10

Blue Cross and Blue Shield of Florida está buscando asegurados que se interesen en formar parte de nuestro panel de asegurados en línea "BluCollaboration". Por ello, le invitamos a participar. Los participantes harán lo siguiente:

- Nos comentarán sobre sus experiencias como asegurados, y
- Ofrecerán sus comentarios relacionados con el desarrollo de nuevos productos, servicios y capacidades, así como con la publicidad y los materiales informativos.

Toda la información suministrada se mantendrá en estricta confidencialidad y solo se usará con fines de comercialización. Para garantizar la

privacidad completa, se agruparán todas las respuestas de los asegurados que contesten la misma encuesta, y la información que cada participante proporcione se usará únicamente con fines estadísticos. No se dará a conocer información personal a ninguna otra compañía u organización.

El cupo en el nuevo panel BlueCollaboration es limitado. Por ello, mientras más pronto solicite la afiliación, más posibilidades tendrá de ser seleccionado. Las primeras 500 personas que reúnan los requisitos y se afilien al panel BlueCollaboration recibirán un bono de regalo de \$10 para usarlo en [amazon.com](http://amazon.com).

Para hacer la solicitud, llene el pequeño cuestionario que se encuentra en <http://join.bluecollaborationfl.com>.

---

### La tecnología cierra la brecha de información y mejora la atención de los asegurados

En poco tiempo, los médicos a cargo de los tratamientos tendrán acceso seguro en línea a los registros médicos<sup>1</sup> de los asegurados desde cualquier lugar. Estamos poniendo al alcance de sus manos un resumen consolidado de las reclamaciones de

cuidados de la salud, el cual muestra los servicios médicos que los pacientes han recibido.

Esta información ayuda a mejorar la atención ofrecida y puede ayudar a eliminar la duplicidad innecesaria de procedimientos médicos. El proceso puede resultar muy valioso cuando usted y sus médicos hablen sobre opciones de tratamiento, particularmente después de un evento catastrófico. De acuerdo con las leyes estatales y federales, habrá cierto tipo de información que no se compartirá, como la relacionada con el VIH/SIDA, las enfermedades de transmisión sexual y la información de reclamaciones asociada con situaciones de salud mental o abuso de sustancias.

Blue Cross and Blue Shield of Florida es la primera compañía de seguros en ofrecer *un registro médico basado en los pagadores* en el estado de Florida. Nos interesa que los médicos tengan todas las herramientas necesarias para ofrecer a los asegurados cuidados de salud y servicios personalizados. Esta es otra manera en la que Blue puede ayudarle a usted.

Esta capacidad, que primero se ofrecerá en el área de Tampa, estará disponible en todo el estado en 2007. Antes de ponerla en marcha en su área, usted recibirá información más detallada, incluida la manera en la que puede restringir el uso de este servicio de acuerdo con sus necesidades.

<sup>1</sup> Hemos acatado todas las leyes aplicables de seguridad electrónica y privacidad.

## Estados Unidos se está preparando para la gripe aviar

Se espera que pronto lleguen al territorio continental de Estados Unidos las aves migratorias provenientes de naciones infectadas con gripe aviar. Aunque desde 2005 se han reportado 246 casos de gripe aviar en humanos, incluidas 144 víctimas,\* la mayoría de los casos se han debido a personas que han tenido contacto directo o cercano con aves infectadas o superficies contaminadas. Estados Unidos mantiene restricciones comerciales en la importación de aves y productos derivados de países donde se ha detectado la cepa de la gripe aviar en criaderos de aves comerciales o tradicionales.

La buena noticia es que la transmisión entre humanos ha sido “limitada, ineficiente e inconstante”, de acuerdo con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Los casos de ese tipo se relacionaron con la transmisión del virus dentro de una familia. Hasta ahora no se ha documentado ni hay sospecha de transmisión fuera de una familia expuesta.

Los profesionales de los cuidados de la salud en todo el país están diseñando planes para hacer frente a una

posible pandemia. Nosotros también nos hemos preparado. Blue Cross and Blue Shield of Florida ha ampliado su plan de continuidad comercial, incluida una serie de escenarios diferentes, de manera que podamos seguir prestando servicio a nuestros asegurados en caso de que se produzca un brote de gripe aviar.

La situación puede cambiar en cualquier momento con poca anticipación. La información pública sobre la gripe aviar y las listas de ayuda para que individuos y familias se preparen están disponibles en el Departamento de Salud y Servicios Humanos, el cual ha diseñado un sitio web dedicado a la posibilidad de que se produzca una pandemia de gripe aviar.

Mayor información en:  
[www.pandemicflu.gov](http://www.pandemicflu.gov)

\*Fuente: Organización Mundial de la Salud, a partir del 14 de septiembre de 2006

*sigue en la página 30*





## use sus beneficios para mantenerse sano

Una onza de prevención vale una libra de curación. ¿Cómo puede aplicar este viejo proverbio a su seguro de salud? Aprovechando los beneficios de cuidados preventivos y bienestar para adultos de su plan.

La mayoría de planes BlueOptions cubren las consultas de cuidados preventivos, incluidas las consultas de cuidados preventivos para niños. Además, como las mamografías preventivas y de diagnóstico son tan importantes, BlueOptions les da cobertura sin costo alguno para usted cuando visita a un proveedor NetworkBlue. Por otra parte, casi todos los planes BlueOptions incluyen un beneficio anual de cuidados preventivos para adultos equivalente a \$150 o \$250 que le permite elegir los servicios que son más adecuados para usted. ¡Y usted no paga deducible! Nosotros queremos que se mantenga saludable. Por ello hemos diseñado su plan para motivarle a que use estos beneficios.

### Cuidados preventivos para niños

Los niños dependientes cubiertos por su plan tienen derecho a cobertura de consultas pediátricas regulares e inmunizaciones (hasta los 16 años de edad). Usted solo paga el copago o coaseguro aplicable de la consulta habitual, dependiendo de su plan y del estado de participación de su proveedor.

### Cuidados preventivos para adultos

Sus beneficios de Cuidados Preventivos para Adultos pueden cubrir procedimientos como exámenes ginecológicos anuales y exámenes de Papanicolau para mujeres, exámenes del antígeno prostático específico para varones (PSA), y exámenes médicos anuales. Los servicios relacionados de cuidados preventivos, como los análisis de laboratorio o las radiografías, también tiene cobertura con este beneficio. Usted solo paga el copago o coaseguro aplicable de la

consulta, dependiendo de su plan y del estado de participación de su proveedor. La cantidad permitida del médico, menos su pago, se aplicará a su beneficio de Cuidados Preventivos para Adultos.

Tome en cuenta que los exámenes de rutina para la vista y la audición y los exámenes de detección no se incluyen en el beneficio de Cuidados Preventivos para Adultos. Sin embargo, nuestro programa BlueComplements®, que en ocasiones se ofrece como un servicio de valor agregado a su afiliación a BlueOptions, proporciona descuentos importantes en estos servicios. Consulte la página 26 si desea más información.

---

## Revise las herramientas para los asegurados en MyBlueService

¿Está buscando herramientas para manejar sus necesidades de cuidados de la salud? Ahora es mucho más fácil obtener información y ayuda sobre los cuidados de la salud. Simplemente ingrese a la página MyBlueService y seleccione Herramientas para Asegurados de las opciones del menú. Seleccione las herramientas de la lista para hacerse cargo de sus necesidades de cuidados de la salud, por ejemplo, prepararse para una visita de cuidados de la salud, buscar información sobre una enfermedad o procedimiento, calcular los costos médicos, buscar un proveedor, programar una consulta médica, ponerse en contacto con un consejero de salud\* y más. ¡Revise este servicio hoy!

BCBSF ha celebrado un acuerdo con Health Dialog®, por medio del cual Health Dialog acepta proporcionar a los asegurados de BCBSF información y servicios de apoyo para tomar decisiones relacionadas con los cuidados de la salud. Como BCBSF no ha certificado ni acreditado la calidad de los servicios que proporciona Health Dialog, no puede garantizarlos ni se responsabiliza de ellos. Todas las decisiones que pertenecen o requieren de la capacitación o valoración profesional e independiente de clínicas o médicos, o de la necesidad de servicios médicos, son responsabilidad suya únicamente y de sus Médicos y otros Proveedores de cuidados de la salud. En ningún caso se considerará que BCBSF o Health Dialog Services Corporation habrán de suministrar asesoría o cuidados médicos.

## ¿Ya se ha hecho una **mamografía**?

El tipo de cáncer más común en las mujeres es el de seno, aparte del cutáneo, y es la segunda causa principal de muerte por cáncer en las mujeres, después del cáncer pulmonar.

Por fortuna, las tasas de cáncer de seno están disminuyendo, de acuerdo con la Sociedad Americana del Cáncer. Esta reducción se debe probablemente a que se está detectando en etapas más tempranas y a que el tratamiento ha mejorado.

Octubre es el mes dedicado al cáncer de seno. Si usted tiene entre 35 y 40 años de edad, debería hacerse una mamografía de referencia. Si tiene 40 o más años de edad, es hora de hacerse el examen de detección habitual. Llame hoy a su médico y programe una mamografía.

### **Cobertura de Mamografías de Detección\***

- Mamografía de referencia a los 35 años o después.
- Cada dos años entre los 40 y 49 años de edad.
- Anualmente si tiene 50 o más años.

Mayor información en:  
Sociedad Americana del Cáncer  
[www.cancer.org](http://www.cancer.org)  
**(800) ACS-2345**



\* Los beneficios pueden variar dependiendo del plan. Revise siempre sus beneficios antes de recibir los servicios.

## **La cirugía reconstructiva de seno tiene cobertura**

Si ha sido sometida a mastectomía, puede elegir la cirugía reconstructiva de seno. Esta operación puede llevarse a cabo al mismo tiempo que la mastectomía o después. La reconstrucción incluye el uso de implantes o tejido de otras partes del cuerpo, un procedimiento que se denomina reconstrucción con tejido autógeno. Usted tiene cobertura para la reconstrucción de un seno que haya sido sometido a mastectomía, así como para la cirugía y reconstrucción del otro seno para lograr la simetría en ambos lados. Adicionalmente, su plan de salud cubre la prótesis y el tratamiento de complicaciones físicas en todas las etapas de la mastectomía, incluidos los linfedemas. El tipo de procedimiento se determina en la consulta entre usted y el médico que la atiende. La cobertura está sujeta a los requisitos regulares de su plan.

## **Tiene más de 50 años?**

### **Entérese de los exámenes de detección de cáncer colorrectal**

Blue Cross and Blue Shield of Florida ha estado trabajando con la Sociedad Americana del Cáncer en una campaña para aumentar la conciencia sobre la necesidad de que toda persona mayor de 50 años se someta a un examen de detección de cáncer colorrectal. Se calcula que más de 148,000 casos nuevos se diagnosticarán en Estados Unidos este año, de los cuales 9,900 estarán en Florida; y más de 3,700 hombres y mujeres en el estado morirán este año por causa de esta enfermedad.

Además de informar a la población en general sobre la importancia de los exámenes de detección de cáncer colorrectal, el esfuerzo conjunto de colaboración se ha concentrado en médicos y otros proveedores de cuidados de la salud para ofrecerles folletos educativos, seminarios y programas gratuitos en línea de

educación médica continuada (CME, continuing medical education).

“Esta alianza muestra el compromiso de Blue Cross and Blue Shield of Florida con la salud y el bienestar de sus asegurados”, comenta Michael Kasper, M.D., presidente de la junta y presidente del Departamento en Florida de la Sociedad Americana del Cáncer. “Los exámenes de detección salvan vidas; pueden prevenir completamente el cáncer colorrectal porque identifican los crecimientos precancerosos y detectan el cáncer en sus etapas iniciales, cuando el tratamiento es más eficaz.”

Hay una diversidad de exámenes de detección de cáncer colorrectal:

- Examen de sangre oculta en heces
- Sigmoidoscopia flexible
- Colonoscopia de detección
- Enema con bario.

Si usted tiene 50 o más años de edad y aún no le han hecho un examen de detección de cáncer de colon, le recomendamos que visite a su médico y piensen en programarlo. Su médico puede decidir cuál examen es mejor para usted con base en su edad, en su historial médico y familiar y en los síntomas que pueda estar experimentando. Verifique en su manual de beneficios la información sobre la cobertura proporcionada por su plan.

¿Desea más información sobre el cáncer colorrectal y los exámenes de detección? Para comodidad suya, en nuestra página en Internet hemos incluido un enlace a la Sociedad Americana del Cáncer.

Mayor información en:  
[www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com)

# ¿Comprende bien los **detalles** de su red?



Nadie desea gastar dinero si no es realmente necesario. Por ello, es importante comprender cómo funciona su plan de salud para aprovechar al máximo los beneficios de su plan y evitar gastos de desembolso innecesarios.

A continuación se ofrecen respuestas a algunas de las preguntas frecuentes sobre el plan BlueOptions que le ayudarán a entender sus beneficios. Si tiene alguna otra pregunta, comuníquese con el Departamento de Atención al Cliente llamando al teléfono que aparece en su tarjeta de asegurado. Estamos aquí para ayudarle.

## **¿Cómo puedo tener control de mis gastos de desembolso?**

**R** BlueOptions le ofrece la libertad de elegir cualquier médico y hospital para recibir los cuidados de la salud. Sin embargo, su parte del costo de los servicios será la más baja si recibe los cuidados de la salud de médicos y proveedores que participan en la red NetworkBlue. Si elige recibir los cuidados de la salud de un médico, proveedor u hospital que participa en nuestra red de Proveedores Tradicionales, sus gastos de desembolso serán un poco más altos. La cantidad máxima a pagar ocurrirá cuando reciba servicios de proveedores que no participan en estas redes.

El lugar donde se ofrece el servicio también tiene implicaciones importantes en relación con la cantidad a pagar. Por ejemplo, si su médico le refiere a servicios ambulatorios, por ejemplo, para que le tomen una radiografía o le hagan un sonograma, los costos por hacerse estos exámenes

### **Comprenda sus opciones**

#### **NetworkBlue**

Costos más bajos  
No hay facturación del saldo  
No es necesario presentar reclamaciones

#### **Red Tradicional**

Costos un poco mayores  
No hay facturación del saldo  
No es necesario presentar reclamaciones

#### **Todos los demás Proveedores**

Costos más altos  
Es posible que se le facture el saldo  
Es posible que tenga que presentar sus propias reclamaciones

en la sala ambulatoria de un hospital participante serán más altos que si se hicieran en un establecimiento independiente de exámenes diagnósticos (IDTF, independent diagnostic testing facility) participante. Pida siempre a su médico o al personal asistente que lo refiera al establecimiento diagnóstico participante en su plan que tenga las tarifas más bajas.

## **¿Cómo puedo saber si un proveedor participa en la red?**

**R** Puede revisar si un proveedor participa en la red ingresando a nuestra página de Internet [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com), “Encuentre un Médico u Hospital”. Aunque tratamos de mantener el directorio de proveedores en línea lo más actualizado posible, es muy importante que también confirme el estado de participación en la red del proveedor cuando programe una cita.

## **¿Cómo puedo evitar que mi médico me facture el saldo pendiente?**

**R** Usted puede librarse no solo de la facturación del saldo sino también de la presentación de reclamaciones si busca los servicios de proveedores que participan en la red NetworkBlue o en nuestra red Tradicional. Los médicos y proveedores que las integran solo pueden cobrar la cantidad que nosotros hemos negociado con ellos y no pueden facturarle por ninguno de los servicios cubiertos que excedan la cantidad permitida. Claro está que usted debe pagar el deducible, los servicios no cubiertos y la cantidad habitual de copago o coaseguro, dependiendo de su plan. Si recibe una factura por otros cargos de un proveedor que participa en la red NetworkBlue o la red Tradicional, comuníquese con el Departamento de Atención al

Cliente llamando al número que aparece en su tarjeta de asegurado del plan de salud.

### **¿Cuál es la diferencia entre una sala de urgencias y un centro de cuidados de urgencia?**

**R** Si usted tiene una condición médica que amenaza su vida (no puede respirar, se ha roto un hueso, sufrió un traumatismo craneal, tiene un infarto, etc.), vaya a la sala de urgencias del hospital más cercano. Si la condición médica no amenaza su vida y el consultorio de su médico está cerrado, vaya a un centro de cuidados de urgencia participante. Estas clínicas con servicios ambulatorios atienden en horas nocturnas y en fines de semana y pueden reducir en gran manera sus gastos de desembolso, en comparación con la sala de urgencias de un hospital. Su copago será el mismo que el copago por consulta a un especialista. Consulte nuestro directorio de proveedores en [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com) o llame al número telefónico que aparece en su tarjeta de asegurado del plan de salud para localizar el centro participante más cercano.

### **Si me encuentro en una situación crítica y voy al hospital, ¿debo hacer algo?**

**R** Dependiendo de su plan, usted debe pagar el deducible, el coaseguro o el copago aplicable. Consulte su contrato y su Programa de Beneficios si desea información detallada.

### **Si me enfermo al estar fuera de la ciudad por negocios o vacaciones, ¿estoy cubierto incluso si no se trata de una urgencia?**

**R** El Programa BlueCard® le da acceso a proveedores participantes de organizaciones independientes Blue Cross and Blue Shield en el país y alrededor del mundo. Además, para facilitar las cosas, usted no tendrá que presentar reclamaciones ni se le molestará con ningún tipo de facturación. Puede ubicar médicos

y hospitales cercanos en las secciones “Médicos de BlueCard” y “Localizador de Hospitales” de la página en Internet en [www.bcbs.com](http://www.bcbs.com), o puede comunicarse con BlueCard Access llamando al teléfono **(800) 810-BLUE [2583]**. Cuando llegue al consultorio del médico participante o al hospital, presente su tarjeta de asegurado al plan de salud. Desde luego, usted deberá pagar la cantidad usual de gastos de desembolso, como servicios no cubiertos, deducible, copago y/o coaseguro.

### **Si necesito análisis de laboratorio, ¿debo ir a un laboratorio en particular?**

**R** Quest Diagnostics es el laboratorio preferido para los asegurados a BlueOptions. Aunque tenemos una amplia red de laboratorios participantes en todo el estado, usted pagará la cantidad más baja por los servicios requeridos si recurre a Quest Diagnostics. Para ubicar el establecimiento más cercano, consulte nuestro directorio de proveedores en línea en [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com) o llame al número telefónico que aparece en su tarjeta de asegurado del plan de salud.

### **Me gusta correr con frecuencia. ¿Cómo puedo encontrar a un médico de la red NetworkBlue que se especialice en lesiones deportivas?**

**R** Usted es un candidato ideal para el programa Stay Fit for Sports (Manténgase en Forma para los Deportes), el cual está disponible exclusivamente para los asegurados a BlueOptions. El logotipo del programa Stay Fit for Sports que aparece junto a los nombres de médicos y otros proveedores en la lista de nuestro directorio en línea identifica a aquéllos que están capacitados para tratar condiciones médicas relacionadas con los deportes y el estado físico. Ellos valoran su gusto por el ejercicio y la aptitud física, y le ayudarán a recuperarse si llega a tener una lesión.



Cuando busque a un proveedor en el directorio publicado en [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com), asegúrese de hacer clic en “Proveedores Inscritos en los Siguiertes Programas,” y seleccione “Stay Fit for Sports” del menú desplegable. El programa Stay Fit for Sports también le da acceso a sesiones de asesoría en nutrición con descuentos que le ayudarán a encontrar estrategias de alimentación si usted es una persona muy ocupada, consejos sobre cómo comer para mantener un corazón sano, maneras para bajar de peso y mucho más.

### **¿Puedo usar Internet para comunicarme con mis médicos?**

**R** Sí, podrá hacerlo si usted y su médico se han registrado en nuestro programa de e-Medicina. Blue Cross and Blue Shield of Florida es la primera compañía de salud en el estado en ofrecer acceso a Internet completamente seguro y confidencial con sus proveedores de cuidados de la salud para casos médicos que no son de urgencia. Cientos de médicos ya están participando. Si su médico está participando, puede programar o cambiar una cita, formular una pregunta sencilla, recibir los resultados de pruebas y análisis de laboratorio, y solicitar reabastecimiento de sus medicinas cuando le sea más conveniente. Podrá hacer todo esto en cualquier momento durante el día o la noche.

Dependiendo de su plan en particular, también tendrá cobertura para una consulta médica en línea, o webVisit® (consulta por Internet). En este caso, usted pagará una cantidad de gastos de desembolso equivalente a lo que pagaría por una consulta personal con su médico. Es posible que su médico no prosiga con la consulta en línea si decide que es necesaria la atención médica personal.

Para inscribirse en este servicio, vaya a nuestra página en Internet [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com) y haga clic en Asegurados, Productos, Planes y Servicios, y finalmente en e-Medicina.

# Ahorre dinero con estas ofertas especiales



Aproveche las ofertas especiales en productos y servicios relacionados con la salud a través de nuestro programa BlueComplements<sup>SM</sup>. Muchos servicios están disponibles en todo el estado de Florida y, en algunos casos, en todo el país.

## Vision One<sup>®</sup>: Oferta para los ojos

Usted paga \$55 por los exámenes para anteojos y recibe hasta 60 por ciento de descuento en los precios al por menor de monturas y lentes a través del programa Vision One que ofrece Cole Managed Vision. Los centros participantes incluyen los Centros Pearle Vision y los departamentos ópticos de Sears, JCPenney y Target, así como muchos profesionales independientes.

Para ubicar una localidad de la red cerca de usted, visite nuestra página en Internet en [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com), haga clic en Programas de Descuentos, BlueComplements, Cuidado Mejorado de la Vista, y finalmente en Cole Managed Vision. O llame al **(800) 793-8622**.

## TruVision<sup>™</sup> ofrece valor verdadero

Si ha estado pensando en usar los servicios de corrección de la vista mediante láser, pero descartó la idea por el costo, considere nuevamente esta opción. Gracias a nuestro acuerdo con TruVision, usted solo pagará \$895 por ojo para los procedimientos LASIK o PRK (el procedimiento LASIK personalizado tiene tarifa adicional) que incluyen:

- Un examen previo a la cirugía.
- Garantía de reintervención.
- Financiación de 12 meses sin intereses con crédito aprobado.

Si desea más información, llame a la línea gratuita **(877) 747-2020** para programar un examen previo a la cirugía o para recibir un diagnóstico gratuito por teléfono y así determinar si usted es un buen candidato para los procedimientos PRK, LASIK o LASIK personalizado.

También, TruVision ofrece un servicio de pedido por correo de lentes de contacto cuyos precios son, en promedio, 15 por ciento más bajos que otros programas nacionales similares. Además, usted obtiene envío gratis a su hogar en un plazo de cinco a siete días. Si desea más información, llame a la línea gratuita **(877) 747-2020**.

Los productos, la información y los servicios que se suministran a través del programa BlueComplements se ponen a disposición como cortesía a 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.



## HEARx tiene la receta para sus problemas auditivos

Los asegurados que sufren de pérdida auditiva pueden conocer mejor sus opciones para mejorar la audición a través de un programa administrado por HEARx and HearUSA Hearing Care Network, la organización de cuidados auditivos más grande acreditada por la Comisión Conjunta para la Acreditación de Organizaciones de Cuidados de la Salud (JCAHO, Joint Commission on Accreditation of Healthcare Organizations). Usted recibirá un examen auditivo gratuito, incluida una prueba de tolerancia, discriminación del habla y consulta de riesgos. Además, obtendrá un descuento de 25 por ciento del precio de venta al público en cualquier aparato auditivo que compre en un centro HEARx, o precios de promoción que le ayudarán a ahorrar aún más. Pruebe este servicio durante dos meses sin costo alguno. HEARx ofrece un periodo de prueba de hasta 60 días y una garantía de un año en todos sus productos. Además, obtendrá un suministro de baterías de un mes, y limpieza y revisión anual de aparatos auditivos, todo sin costo alguno al momento de comprar sus productos.

Comuníquese con HEARx llamando a la línea gratuita **(800) 333-3389**.

## Ponga atención a lo que TruHearing™ ofrece

En TruHearing, usted puede obtener descuentos hasta de 60 por ciento del precio de venta sugerido por el fabricante en modernos aparatos auditivos digitales. Además, recibirá un examen auditivo completo y sin costo el equipo de diagnóstico más avanzado, y tres consultas de seguimiento después de su cita inicial.

Y hay más. TruHearing le entregará un suministro de baterías para un año, un reemplazo de dispositivo por un año en caso de pérdida o daño, y una garantía del producto por dos años.

Si desea obtener mayor información, llame a la línea gratuita **(866) 814-4327**.

## Monte seguro en bicicleta con SafeTech™

No olvide ponerse el casco antes de montarse en la bicicleta. Ahora puede obtener cascos que cumplen los estándares nacionales de impacto y seguridad para cada integrante de la familia, con un ahorro de 40 por ciento o más del precio de venta al público. Hay cascos disponibles para niños y adultos a un precio de \$8 y \$9.75 respectivamente (más \$6 de gastos de envío para el primer casco y \$5 por cada casco adicional). Los cascos tienen calcomanías reflectoras para seguridad nocturna y cojincillos para ajustarlos a la medida.

Puede descargar la orden de pedido de nuestra página en Internet [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com). Simplemente haga clic en Programas de Descuento, BlueComplements y Cascos para Bicicleta. ¿Tiene preguntas sobre los cascos SafeTech? Llame al **(800) 288-4280**.

## Más ahorros disponibles para usted

Grandes descuentos y ahorros adicionales le están esperando. Visite nuestra página en Internet para tener más información sobre:

- Descuentos en servicios de quiroprácticos, acupunturistas y masoterapeutas en Florida y el resto de la nación, productos de salud

y bienestar, y más, por medio de Healthy Alternatives<sup>SM</sup>.

- Descuentos hasta de 50 por ciento en los programas para bajar de peso Gold y Platinum de Jenny Craig<sup>®</sup>.
- Membresía en gimnasios con descuentos de 20 a 60 por ciento en más de 1,500 gimnasios de la red GlobalFit<sup>™</sup> en su localidad y el resto del país. (Aplica una tarifa única de afiliación por primera vez.)

Mayor información en:  
[www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com)

Haga clic en Asegurados, Programas de Descuento, y BlueComplements.



## ¿Alergia o efecto secundario de una medicina? ¿Hay alguna diferencia?

Se calcula que 50 millones de estadounidenses sufren de algún tipo de alergia. Cada año, más de 17 millones de consultas ambulatorias están relacionadas con las alergias, y más de la mitad de las consultas por alergia se debe a las que aparecen en temporada, de acuerdo con la Fundación para el Asma y las Alergias de Estados Unidos.

Como resultado de la reacción exagerada del sistema inmunitario a un alérgeno (sustancia extraña), una persona puede tener, por ejemplo, tos, estornudos, comezón, catarro y garganta irritada. Las reacciones graves causan erupciones, urticaria, baja tensión, dificultad para respirar, ataques de asma e incluso la muerte.

### Alergias a las medicinas

Las alergias a las medicinas son menos comunes que los efectos secundarios, y es posible que la mayoría de personas nunca se vean afectadas por ellas. Los síntomas de una alergia a una medicina pueden ocurrir rápidamente (en pocos minutos) o varios días después de haberla tomado. La mitad de todas las reacciones alérgicas ocurren apenas una semana después de comenzar a tomar la medicina, y los síntomas casi siempre desaparecen tres a cuatro días después de discontinuar su uso.

En ocasiones, los pacientes que son alérgicos a ciertos alimentos pueden experimentar una reacción alérgica a los ingredientes inactivos de una medicina que contiene indicios de los alérgenos. El 90 por ciento de las alergias a los alimentos son provocadas por ocho de ellos: leche, soya, huevos, trigo, maní, nueces de árbol (nuez de nogal, marañones), pescados

y mariscos. Algunas medicinas pueden tener derivados de estos alimentos, por ejemplo:

- Los inhaladores populares para el asma, como Advair, Serevent y Foradil, contienen lactosa, un producto derivado de la leche.
- Benadryl Allergy Fastmelt para niños, un producto de venta libre, contiene una proteína aislada de la soya.
- Las vacunas contra la gripe y la vacuna contra el sarampión, las paperas y la rubeola se producen en células obtenidas de huevos de gallina.

Es mejor consultar a su médico o farmacéuta para que le dé recomendaciones sobre el tratamiento o el curso de acción cuando haya sospecha de alergia o posibilidad de reacción alérgica.

### Efectos secundarios de una medicina

El efecto secundario a una medicina es una respuesta del organismo, normal y esperada, a una medicina administrada en dosis terapéuticas y que es ocasionado por el funcionamiento normal de la medicina en cuestión. Cada medicina es capaz de causar efectos secundarios. Usted puede tomar una medicina para aliviar un síntoma, pero es posible que le haga experimentar otros síntomas o efectos secundarios de manera no intencional o, en algunos casos,

intencionalmente. Por ejemplo, es común que los antihistamínicos como el Benadryl causen somnolencia, mientras que los antibióticos como la penicilina pueden provocar diarrea. Los diuréticos, como la furosemida, están diseñados para producir micción frecuente.

### Tome medidas

La prevención es fundamental. Por ello, es importante comunicarse con el médico antes de tomar una medicina. Si usted tiene una reacción, ya sea de tipo alérgico o debida a un efecto secundario a una medicina, reconocer los síntomas y tomar las medidas necesarias pueden salvarle la vida. Busque atención médica de inmediato si tiene síntomas como dificultad para respirar o hinchazón de los labios, la lengua o la cara.

Mayor información en:

Alergias a los alimentos:  
[www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000817.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000817.htm)

Alergias a las medicinas  
[www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/ppp819.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/ppp819.htm)

### Efectos secundarios comunes a medicina

- Náusea
- Vómito
- Diarrea
- Calambres estomacales
- Mareo
- Aumento del pulso
- Fatiga
- Micción frecuente
- Oleadas de calor
- Insomnio

### Síntomas de las alergias

- Aumento del pulso
- Erupción cutánea
- Urticaria
- Comezón en la piel o los ojos
- Jadeo con silbidos
- Hinchazón de los labios, la lengua o la cara





## Prime Therapeutics ayudará a administrar los beneficios de las medicinas recetadas

A partir del primero de enero de 2007, Prime Therapeutics LLC® (Prime) dará soporte a la administración de los beneficios farmacéuticos para todos los asegurados a Blue Cross and Blue Shield of Florida (BCBSF) y Health Options. El pasado mes de abril, BCBSF adquirió un interés participativo en Prime, una compañía que es propiedad exclusiva de 10 planes Blue Cross and Blue Shield y que da servicio a cerca de 10 millones de personas en todo el país.

La subida de precios de las medicinas recetadas sigue ejerciendo presión en las primas. Para ofrecer a nuestros asegurados acceso a opciones asequibles de cuidados de la salud, buscamos constantemente acuerdos con proveedores que den el mejor servicio a nuestros asegurados. Estamos seguros que nuestros asegurados se beneficiarán con este cambio.

Además de varios servicios clínicos, administrativos y de procesamiento de reclamaciones, Prime proporcionará un servicio de farmacia mediante pedido por correo que actualmente se ofrece a través de Walgreens. Antes del primero de enero de 2007, los asegurados que recurren al servicio de pedido por correo de Walgreens recibirán

información sobre sus beneficios, instrucciones para abrir su cuenta de pedido por correo y el número de servicio al cliente de Prime.

Prime también mantendrá una creciente red nacional de farmacias para los asegurados que viajan fuera del estado para que puedan obtener sus medicinas recetadas en caso de necesitarlas. La red nacional de Prime incluye todas nuestras cadenas nacionales actuales y un gran número de farmacias independientes. A medida que se acerque el primero de enero, las personas afectadas recibirán información adicional por correo. Asimismo, revise nuestra página en Internet [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com) para conocer las actualizaciones.

## Actualización de la lista de medicamentos

Cada trimestre, los farmacéutas y los médicos profesionales revisan la lista de medicinas recetadas para garantizar que en ella se incluyen medicinas seguras y económicas, y que está al día con los cambios en la disponibilidad de algunas de ellas. A menos que se indique lo contrario, los equivalentes genéricos de medicinas de marca que han sido discontinuadas siguen teniendo cobertura con el copago más bajo. Son seguras, efectivas y pueden ahorrarle dinero. Visite nuestra página en Internet para consultar la lista completa.

### Adiciones

Vigencia: 4/01/06

Apidra  
Fortical  
Levemir  
Revlimid  
Sutent

Vigencia: 5/01/06

Zemplar oral

Vigencia: 8/01/06

Exjade  
ProAir HFA  
Tamiflu (máxima 10 cápsulas/6 meses)

### Descontinuados\*

Vigencia: 10/01/06

Accuneb 0.042%/3ml  
Augmentin ES  
Cefzil tabletas orales y susp  
Clozaril  
Colestid paquetes  
Cyclogyl 1%  
Didronel tabletas orales  
Effexor  
Elocon loción  
Flonase  
Fortovase\*\*  
Grifulvin V susp  
Mebaral  
Mestinon 60 mg  
Parnate  
Pramosone crema (2.5%/1%)  
Pravachol 10, 20, 40 mg  
Rocaltrol solución oral  
Salagen 5 mg  
Terazol supositorio vaginal  
Theo-dur  
T-Phyl  
Zaditor  
Zithromax susp  
Zocor  
Zonegran

\*Solo se discontinúa la marca comercial. Usted sigue teniendo cobertura para el equivalente genérico.

\*\*Retirado del mercado por parte del fabricante.

# Novedades

sigue de la página 20

## Nueva herramienta para calcular costos

¿No sería grandioso saber cuánto costaría un servicio *antes* de recibir la factura? Pues bien, Blue Cross and Blue Shield of Florida ha diseñado una herramienta específica para esto. Con la calculadora CareCalc<sup>SM</sup>, los médicos y sus asistentes podrán decirle rápida y fácilmente cuál sería el copago o el coaseguro antes de ofrecer los servicios. Aunque su costo final se calculará cuando la reclamación sea procesada por Blue Cross and Blue Shield of Florida, los consultorios médicos podrán suministrar una hoja impresa que muestre con todo detalle los costos estimados.

Somos los primeros en la industria aseguradora en proporcionar esta herramienta moderna porque nos hemos comprometido a dejar de adivinar las cosas en los cuidados de la salud y a poner la capacidad de tomar decisiones nuevamente en sus manos.

Inicialmente, CareCalc estará disponible para un grupo escogido de médicos y proveedores, incluidos médicos de cabecera, especialistas, ginecobstetras, centros de cuidados

de urgencia y proveedores auxiliares. En todo 2007, la herramienta estará disponible de manera general a todos los médicos y proveedores incluidos en nuestro directorio de proveedores en [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com).

## Nuevas tarjetas de asegurado

A partir de diciembre de 2006, los asegurados a los planes BlueOptions y BlueChoice (PPO) recibirán una nueva tarjeta de asegurado. Usted está familiarizado con la tira magnética que aparece en la parte posterior de su tarjeta de crédito, ¿verdad? Pues bien, estamos empleando la misma tecnología en las nuevas tarjetas de asegurado para mejorar el servicio que le brindamos.

La nueva tarjeta de plástico resistente permitirá a consultorios médicos tener acceso electrónico rápido, fácil y preciso a su información sobre elegibilidad y beneficios. Sin embargo, la tarjeta no almacenará su información médica.

## El Informe Personal de Salud tiene una nueva presentación

Le tenemos buenas noticias. Hemos rediseñado el Informe Personal de Salud de acuerdo con los comentarios de nuestros asegurados. Ahora es más pequeño y más personalizado. Cada integrante de la familia tiene su propio tablero de mensajes con consejos de salud apropiados a la edad y el sexo. Los mensajes sobre farmacias muestran lo que se puede ahorrar cuando se elige una medicina genérica en lugar de una medicina de marca según el copago. Además, cuando haya disponibilidad de una medicina alternativa más barata, incluiremos un cupón en el informe para que pueda canjearlo por correo. Se le enviará su medicina directamente a su hogar. ¿No es maravilloso lo fácil que es todo esto?

Y lo que es mejor, no tendrá que esperar a que su Informe Personal de Salud llegue por correo. Simplemente vaya a [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com) y haga clic en su cuenta MyBlueService para acceder a su informe. Esté pendiente de mejoras futuras, ¡todavía queda mucho por llegar!

## MyActiveRewards<sup>SM</sup> le premia

¿Usted hace elecciones saludables? Entonces únase a MyActiveRewards, nuestro club de la fidelidad para los asegurados a BlueOptions. Está disponible exclusivamente para usted sin costo alguno. Simplemente ingrese a la página [www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com), haga clic en MyBlueService y busque el ícono de MyActiveRewards. Responda unas pocas preguntas y quedará inscrito, así de sencillo.

Como asegurado, puede aprovechar las recompensas gratuitas, la información de salud en línea y los boletines trimestrales llenos de datos, como la última dieta y consejos para mantenerse en buena condición física.

Mayor información en:  
[www.bcbsfl.com](http://www.bcbsfl.com)  
Haga clic en MyBlueService



# revise el plan de medicinas recetadas **BlueMedicare Rx**

## Puede ser el plan apropiado para sus padres

Si sus padres están asegurados a Medicare, es posible que necesiten ayuda para escoger un plan de medicinas recetadas de Medicare para el año que viene. El periodo de inscripción va del 15 de noviembre al 31 de diciembre de 2006 para la cobertura que comienza el primero de enero de 2007. Cuando compare los planes, tome en consideración lo siguiente:

- Qué medicinas tienen cobertura.
- Las primas mensuales y otros gastos de desembolso.
- La comodidad para obtener las medicinas recetadas.

Para el año 2007, hemos hecho grandes cambios al BlueMedicare Rx, nuestro plan de medicinas recetadas de Medicare. Los asegurados obtendrán más ventajas y pagarán menos. Hemos mejorado muchos beneficios, recortado los gastos de desembolso y reducido drásticamente las primas. Es más, estamos añadiendo una tercera opción para el plan que tendrá costos aún más bajos. Esta opción es ideal para quienes no toman demasiadas medicinas recetadas o que están buscando costos menores. Los beneficiarios de Medicare no tienen que estar inscritos en ninguno de nuestros planes Medicare HMO, PPO o suplementarios para reunir los requisitos de afiliación.

### Mejoras en los beneficios

BlueMedicare Rx ofrece una lista completa de medicinas cubiertas. En 2007, los asegurados inscritos en la Opción 1 o 2 disfrutarán de las siguientes mejoras en los beneficios:

- Reducción considerable en la primas, hasta en un 8 por ciento a un 17 por ciento comparado con nuestro plan Part D de más bajo costo en el 2006

- Sin deducible: hemos eliminado el deducible de \$100 en las marcas preferidas y no preferidas
- Copago de \$25 para las medicinas de marca preferidas, lo que significa un ahorro de \$5 por receta médica
- Copago fijo de \$40 para las medicinas no preferidas en lugar del 40 por ciento de coaseguro, lo que ayudará a saber exactamente cuál será su gasto de desembolso
- Cobertura adicional para ciertas medicinas genéricas que no están incluidas en el programa de medicinas recetadas de la Parte D de Medicare, incluidas las medicinas recetadas para la tos y las medicinas para el resfriado, los anticonvulsivos, los barbitúricos y las benzodiacepinas.
- La Opción 2 también ofrece cobertura para medicinas genéricas durante la brecha en la cobertura, incluidas ciertas medicinas genéricas que no están incluidas en el programa de medicinas recetadas de la Parte D de Medicare (enumeradas arriba).

### Disponibilidad de una nueva opción con menor costo

En respuesta a las inquietudes de nuestros asegurados en relación con los precios de la cobertura de medicinas recetadas, estamos presentando un nuevo plan con menor costo. La Opción 3 del Plan de BlueMedicare Rx ofrece cobertura para todas las categorías de medicinas requeridas en la Parte D de Medicare. Esta opción también ofrece lo siguiente:

- Primas significativamente más bajas que nuestras Opciones 1 y 2
- Copago de \$5 para medicinas genéricas sin deducible
- Copago de \$25 para medicinas de marca preferidas después de un deducible de \$100
- Copago de \$50 para medicinas de marca no preferidas



Además, claro está, para las tres opciones ofrecemos una amplia red de farmacias participantes locales y nacionales, incluidas farmacias de cadena, farmacias independientes y servicios de pedido por correo de medicinas.

Si desea más información sobre nuestros nuevos planes de medicinas recetadas BlueMedicare Rx, llame al **(800) 926-6565**.

Mayor información en:  
**(800) 926-6565**

Todos los días de la semana,  
8 a.m. a 9 p.m., hora del este  
Los usuarios de dispositivos TTY/TDD  
deben llamar al **711**.

Aprobado por los Centros de Servicio a los Programas de Medicare y Medicaid. Blue Cross and Blue Shield of Florida (BCBSF) tiene contrato con el gobierno federal para administrar el Beneficio de Medicinas Recetadas de la Parte D de Medicare en el Estado de Florida. Como este contrato se renueva anualmente, no se garantiza la disponibilidad de la cobertura más allá del año contractual que rige.

S5904\_65191S-1006 SU E S: 10/2006