

Florida

BLUE

EDICIÓN DE SUPLEMENTO
DE MEDICARE
Otoño/Invierno de 2006

Nuevas herramientas
página 20

**No más esperas
en el teléfono**
página 22

**Nuevos planes
medicinas recetadas,
beneficios mejorados,
más ahorros**
página 24

**Nuevas y
mejores
soluciones
para usted**



**BlueCross BlueShield
of Florida**

An Independent Licensee of the
Blue Cross and Blue Shield Association

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

bcbsfl.com

25 centavos
por el
tamaño
extra grande



\$117,000 millones
de gastos médicos
adicionales

A veces un poco menos es mucho mejor. Una dieta balanceada, es decir, observar lo que se come y las cantidades, no solo puede ayudarle a sentirse mejor sino que también puede ayudar a prevenir enfermedades que nos saldrán más costosas a todos con el paso del tiempo. Los costos médicos siguen aumentando a medida que seguimos necesitando más cuidados de la salud, y todos estamos pagando por ello en primas de seguro, copagos y deducibles más elevados. Por consiguiente, consulte a su médico para encontrar una dieta que sea adecuada para usted. Le ayudará a mantenerse más saludable y servirá para controlar el aumento de precios en los cuidados de la salud.

Fuente: U.S. Department of Health and Human Services, "Preventing Obesity and Chronic Disease through Good Nutrition and Physical Activity," 2003.



**BlueCross BlueShield
of Florida**

An Independent Licensee of the
Blue Cross and Blue Shield Association

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

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

Florida

BLUE

EDICIÓN DE SUPLEMENTO
DE MEDICARE

Otoño/Invierno de 2006



contenido

20 Novedades

Conozca nuestro nuevo panel de asegurados, nuestras nuevas herramientas para mejorar el servicio, las clínicas de vacunación contra la gripe común y la gripe aviar.

22 Vacuna contra la neumonía

Se trata de una vacuna que se administra una sola vez y que puede salvar la vida.

22 No más esperas en el teléfono

El servicio de e-Medicina puede ahorrarle tiempo y dinero.

23 Ofertas para ahorrar dinero

No se pierda los descuentos.

24 BlueMedicare Rx

¡Nuestro plan de medicinas recetadas tiene ahora un nuevo nombre, mejores beneficios y un menor costo!

26 Salvavidas

Exámenes de detección de cáncer de colon.

27 Sólo para mujeres

Manténgase informada sobre la cobertura de mamografías.

27 Diabetes

Los suministros y los servicios tienen cobertura. Entérese de cómo obtener gratis un monitor para la glucosa.

28 FarmaciFolio

¿Es una alergia o un efecto secundario a una medicina?

29 Lista de medicinas preferidas

Entérese de las actualizaciones en la lista de medicinas recetadas.

31 ¿Tiene impedimentos auditivos?

Obtenga gratis un equipo de telecomunicaciones del Centro de Enlace de Florida (Florida Relay).



Novedades

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 “BlueCollaboration”. 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*.

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 médicos¹ 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 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. 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.

¹Hemos acatado todas las leyes aplicables de seguridad electrónica y privacidad.

No olvide vacunarse contra la gripe

Las personas de 65 y más años de edad corren más riesgo de enfermarse durante la temporada de gripe y sufrir complicaciones. Por ello, le hemos cubierto para que se vacune una vez cada año.

Gracias a un acuerdo con Maxim Health, hemos facilitado el proceso para que usted

pueda recibir una vacuna sin costo alguno. Las vacunas estarán disponibles hasta el 18 de noviembre en sitios convenientemente ubicados en todo el estado, incluidos supermercados y cadenas de almacenes como Publix, CVS y Walgreens.

Para ubicar una clínica cerca de usted, visite www.findaflu shot.com. También puede llamar al (877) 962-9358, una línea que ofrece servicio continuo las 24 horas del día de todos los días de semana. Los usuarios de dispositivos TTY/TDD deben llamar al 711.

Mayor información en:

www.findaflushot.com

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 2003 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. 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, 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. 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

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

¿ya se vacunó contra la neumonía?

Protéjase contra la neumonía. Si aún no lo ha hecho, vacúnese contra la neumonía neumocócica. Los beneficiarios de Medicare no tendrán que pagar nada, siempre y cuando estén cubiertos por la Parte B de Medicare y su médico les recete la vacuna.

La neumonía es la segunda causa más común de hospitalización y la quinta causa principal de muerte en personas de 65 y más años de edad. Cuantos más años tenga, más peligrosa es, de acuerdo con los hallazgos de un estudio de 10 años en el que se analizaron las consecuencias entre beneficiarios de Medicare que estuvieron hospitalizados por causa de esta enfermedad.*

Además de la edad, quienes corren más riesgo de enfermar de neumonía neumocócica invasiva son los enfermos y personas débiles, como aquellos con VIH, enfermedad de células falciformes, trastornos crónicos pulmonares o cardíacos, cirrosis, o que han sido sometidos a una esplenectomía.

La mayoría de las personas solo requieren una vacuna en toda su vida. Si usted tiene una enfermedad que pone en riesgo su sistema inmunitario, consulte a su médico para saber si es necesaria una segunda vacuna contra esta enfermedad.

Fuente: Sistema de Control de Calidad de Medicare



despídase de las esperas telefónicas con sus médicos

¿Está cansado de jugar al gato y el ratón con el consultorio de su médico? 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. Estamos trabajando con RelayHealth® para hacerle llegar este servicio de e-Medicina.

Si su médico está participando, puede programar o cambiar una cita, formular una pregunta sencilla, obtener una remisión a un especialista cuando lo necesite, recibir los resultados de pruebas y análisis de laboratorio, solicitar reabastecimiento de sus medicinas y recibir recordato-

rios específicos sobre cuidados preventivos de la salud cuando le sea más conveniente. Podrá hacer todo esto en cualquier momento durante el día o la noche.

Muchos médicos ofrecen una consulta médica en línea o una webVisit® (visita Web). Como asegurado al plan suplementario a Medicare de Blue Cross and Blue Shield of Florida, usted reúne los requisitos para consultas de este tipo. No obstante, como este servicio aún no está cubierto por la Parte B de Medicare, su póliza del plan suplementario a Medicare no lo cubrirá.

Sin embargo, usted tendrá acceso a todos los demás servicios de e-Medicina sin costo alguno.

Ahoree dinero con estas ofertas especiales

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

Vision One®: Oferta para los ojos

Usted paga \$35 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, haga clic en Programas de Descuentos, BlueComplements, Cuidado Mejorado de la Vista, y finalmente en Cole Managed Vision. O llame al (800) 793-8622. El horario de atención es de lunes a viernes de 6 a.m. a 11 p.m. MT. Los usuarios de dispositivos TTY/TDD deben llamar al 711 para comunicarse con el Centro de Enlace de Florida (Florida Relay).

TruVision™ ofrece valor verdadero

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. El horario de atención es de lunes a viernes de 7 a.m. a 8 p.m. y los sábados de 8 a.m. a 2 p.m., hora de la montaña. Marque 7 para hacer un pedido de lentes de contacto. Los usuarios de dispositivos TTY/TDD deben llamar al 711.

HEARx tiene la receta para sus problemas auditivos

HEARx and HearUSA Hearing Care Network ofrece 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

Nuestro contrato con Medicare no ofrece ni garantiza los productos y servicios descritos a continuación, los cuales 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 su plan.

tro 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. El horario de atención es de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 8:30 p.m. y los sábados y domingos de 9 a.m. a 1 p.m. Los usuarios de dispositivos TTY/TDD deben llamar al 711.

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

sigue en la página 31

Planes de medicamentos recetados para la Parte D de Medicare para 2007:

¡Nuevo nombre, mejores beneficios y precios más bajos!

Tenemos muy buenas noticias para los asegurados al plan BlueScript para la Parte D de Medicare y para quienes buscan una cobertura de medicinas recetadas: durante 2007, usted obtendrá más ventajas y pagará menos.

Hemos prestado atención a sus comentarios y, por consiguiente, hemos mejorado muchos beneficios, disminuido los gastos de desembolso personal y reducido drásticamente las primas en nuestros dos planes individuales para la Parte D de Medicare.

Es más, estamos agregando una tercera opción que tendrá un costo más reducido y que es ideal para quienes no toman demasiadas medicinas recetadas o que están buscando precios más bajos. Estos planes nuevos llevan el nombre de BlueMedicare Rx.

Mejoras

Nuestros planes para la Parte D de Medicare ofrecen una lista completa de medicinas cubiertas. En 2007, los asegurados a los planes de BlueMedicare Rx que se afilien a la Opción 1 o 2 disfrutarán de las siguientes mejoras en los beneficios:

- Reducción considerable en las primas, hasta en un 8 por ciento a un 17 por ciento en

comparación con nuestro plan para la Parte D de más bajo costo en el 2006

- Sin deducible: hemos eliminado el deducible de \$100 en las marcas preferidas y no preferidas

sigue en la página 30

¿Necesita ayuda con los costos?

Es posible que pueda recibir ayuda adicional para pagar sus medicinas recetadas y sus primas. Para saber si reúne los requisitos, llame a los números telefónicos siguientes:

- Medicare: **(800) MEDICARE (800-633-4227)**, 24 horas al día/7 días de la semana; los usuarios con dispositivos TTY/TDD deben llamar al **(877) 486-2048**;
- Administración del Seguro Social, **(800) 772-1213**, 7 a.m. a 7 p.m., lunes a viernes; los usuarios con dispositivos TTY/TDD deben llamar al **(800) 325-0778**; o
- Sección Informativa de Medicaid en Florida: **(866) 762-2237**, 24 horas al día/7 días de la semana; los usuarios de dispositivos TTY/TDD deben llamar al Centro de Enlace de Florida (Florida Relay), **711**.

Más facilidad en el pago de las primas

Si le resulta más cómodo, podemos deducir automáticamente sus primas de su cheque del Social Security (Seguro Social). También podemos enviarle la factura cada mes. Si reúne los requisitos para obtener ayuda adicional para los gastos de su Plan de Medicinas Recetadas de Medicare, los costos de su prima y sus medicamentos serán menores. Cuando se afilie en el Plan BlueMedicare Rx, Medicare nos hará saber cuánta ayuda adicional usted está recibiendo. A continuación, le informaremos la cantidad que usted deberá pagar.

- ¹ Las Opciones 1 y 2 incluyen una "Lista de Medicinas Abierta" (es decir, se da cobertura a todas las medicinas requeridas por Medicare).
- ² Los costos de los medicamentos se basan en sus gastos personales y lo que paga Blue Cross and Blue Shield of Florida. Los beneficios farmacéuticos solo están disponibles en las farmacias de la red del plan excepto en casos de emergencia.
- ³ Las Opciones 1 y 2 cubren ciertas medicinas recetadas genéricas que no están incluidas en el programa de medicinas recetadas de la Parte D de Medicare (medicinas para la tos y el resfriado, los anticonvulsivos, los barbitúricos y las benzodiazepinas).
- ⁴ Para las medicinas requeridas por Medicare.
- ⁵ Las medicinas especiales tienen precios muy altos por su exclusividad.

S5904_61098B 10 MS 1006 SU S: 10/2006

BlueMedicare Rx para 2007¹

		Opción 1 ¹	Opción 2 ¹	Opción 3
Su Deducible		\$0	\$0	\$100 (sin incluir medicinas genéricas)
Cuando el costo total de medicinas² es \$0–\$2,400, usted paga:	Medicinas Genéricas	Copago de \$5 ³	Copago de \$5 ³	Deducible de \$0 Copago de \$5
	Marcas preferidas	Copago de \$25	Copago de \$25	Copago de \$25
	Marcas no preferidas	Copago de \$40	Copago de \$40	Copago de \$50 ⁴
	Medicinas Especiales ⁵	25% del costo	25% del costo	25% del costo
Cuando el costo total de medicinas² es superior a \$2,400 y hasta que el desembolso personal suma \$3,850, usted paga:	Medicinas Genéricas (incluidas las medicinas de marca con tratamiento de genéricas)	100% del costo	Copago de \$5	100% del costo
	Medicinas de Marca Preferidas, No Preferidas y Especiales ⁵		100% del costo	
Cuando el desembolso personal es superior a \$3,850 , o el costo total de medicinas cubiertas por la Parte D² es \$5,451.25 o más, usted paga:	Medicinas Genéricas (incluidas las medicinas de marca con tratamiento de genéricas)	La cantidad que sea mayor de las siguientes: \$2.15 de copago o 5% del costo	La cantidad que sea mayor de las siguientes: \$2.15 de copago o 5% del costo	La cantidad que sea mayor de las siguientes: \$2.15 de copago o 5% del costo
	Medicinas de Marca Preferidas, No Preferidas y Especiales ⁵	La cantidad que sea mayor de las siguientes: \$5.35 de copago o 5% del costo	La cantidad que sea mayor de las siguientes: \$5.35 de copago o 5% del costo	La cantidad que sea mayor de las siguientes: \$5.35 de copago o 5% del costo
Servicios de valor agregado. Nuestro contrato con Medicare no ofrece estos servicios ni los garantiza, y 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 del plan de Medicinas Recetadas BlueMedicare.		Programa de descuentos BlueComplements	Programa de descuentos BlueComplements	Ninguno
Prima		\$38.00	\$52.70	\$24.10

Los exámenes de detección de **cáncer colorrectal** pueden salvarle la vida

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).

“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.”

Usted tiene cobertura para una diversidad de exámenes de detección de cáncer colorrectal. Las colonoscopias de diagnóstico no requieren edad mínima. Todos los demás exámenes de detección de cáncer colorrectal tienen cobertura si usted tiene 50 o más años de edad:

- **Colonoscopia de detección;** cobertura una vez cada 24 meses (si usted está en alto riesgo); una vez cada 10 años, pero no dentro de 48 meses de una sigmoidoscopia de detección (si usted no corre gran riesgo).
- **Enema con bario.** Su médico puede decidir el uso de este examen en lugar de una sigmoidoscopia flexible o colonoscopia. Este examen tiene cobertura una vez cada 24 meses si usted está en alto riesgo de cáncer colorrectal y cada 48 meses si no corre gran riesgo.

Usted no tiene por qué convertirse en un dato estadístico más. Le instamos a consultar a su médico AHORA para hablar sobre los exámenes apropiados de detección de cáncer colorrectal. No se avergüence, estos exámenes pueden salvarle la vida. ¿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

- **Examen de sangre oculta en heces;** cobertura completa una vez cada 12 meses.
- **Sigmoidoscopia flexible;** cobertura una vez cada 48 meses.





¿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.

Por ello, Medicare ofrece cobertura de una mamografía de detección cada 12 meses a

todas las mujeres beneficiarias de Medicare.

Con el plan original de Medicare, no hay cargo por deducible de la Parte B y usted es responsable del 20 por ciento de la cantidad aprobada por Medicare, la cual cubrirá su plan suplementario de Medicare de Blue Cross and Blue Shield of Florida.

Octubre es el mes dedicado al cáncer de seno. Llame a su médico y programe una mamografía hoy mismo si ya ha pasado más de un año desde su último examen de detección.



Servicios y suministros para la diabetes

Si usted tiene diabetes, sabe lo importante que es mantener esta enfermedad bajo control. Por ello, deseamos que los asegurados con diabetes tengan las herramientas y los suministros que necesitan.

Todos los asegurados a Medicare que padecen diabetes reúnen los requisitos para recibir hasta dos exámenes de detección de glucosa en plasma en ayunas cada año

y sin costo alguno. Además, todos los beneficiarios que sufren de esta enfermedad tienen cobertura para monitores de glucosa, tiras de prueba y lancetas.

Si usted está en riesgo de padecer complicaciones causadas por la diabetes y si su médico lo solicita, también reunirá los requisitos para ingresar al curso de capacitación para autoadministración

de medicamentos. Los suministros y la capacitación están condicionados al deducible anual de la Parte B y al 20 por ciento de coaseguro, los cuales pueden contar con cobertura dependiendo de si tiene un plan suplementario de Medicare de Blue Cross and Blue Shield of Florida o un plan Medicare Advantage65.

Mayor información en:

[www.medicare.gov/
Health/Diabetes.asp](http://www.medicare.gov/Health/Diabetes.asp)

¿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.

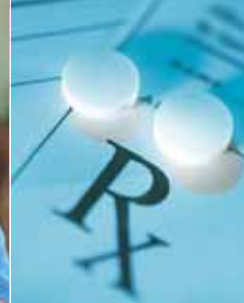
Es mejor consultar a su médico o farmacéuta para que le dé recomendaciones sobre el tratamiento o el curso de acción cuando haya sospecha de alergia o posibilidad de reacción alérgica.

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. Los diuréticos, como la furosemina, 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.



Efectos secundarios comunes a medicinas y síntomas de la alergia

Efectos secundarios

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

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



Consejos importantes

- No tome una medicina que anteriormente le haya producido una reacción sin antes consultar a su médico o farmacéuta.
- Revise los ingredientes en las etiquetas de información nutricional y revise también los ingredientes inactivos en el envase de las medicinas.
- Considere llevar un brazalete o collar de identificación médica que indique sus alergias.
- Dígame a su proveedor de cuidados de la salud qué medicinas recetadas o de venta libre está tomando en el momento.
- Si tiene una reacción, consulte inmediatamente a su médico o farmacéuta y deje de tomar el alimento o la medicina que haya ocasionado dicha reacción.

Mayor información en:

Alergias a los alimentos:
www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000817.htm

Alergias a las medicinas
www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/ppp819.htm

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

Niaspan
 Zemplar oral

Vigencia: 6/01/06

Fosrenol

Vigencia: 8/1/06

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

* El Fortical se agregó a la clase 1; todas las demás, a la clase 2.

BlueMedicare Rx

sigue de la página 24

- 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

Sin importar la opción que elija, usted tendrá acceso a nuestra amplia red de farmacias participantes en su localidad y en todo el país, incluidas farmacias de cadena, farmacias independientes y servicios de pedido por correo de medicinas recetadas.

Si desea más información sobre nuestros nuevos planes de BlueMedicare Rx, llame al número telefónico indicado en su tarjeta de asegurado del plan suplementario de Medicare de Blue Cross and Blue Shield of Florida, o 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**

S5904_61098B 10 MS 1006 SU S: 10/2006





Gratis, dispositivos TTY y de otro tipo para **personas con impedimentos auditivos**

Si usted tiene impedimentos auditivos, o conoce a alguien que los tenga, hay la posibilidad de que Florida Telecommunications Relay, Inc. (FTRI) le ofrezca equipo de telecomunicaciones sin costo alguno. El Centro de Enlace de Florida (Florida Relay) proporciona un enlace de comunicación las 24 horas entre personas que usan equipo telefónico convencional y personas que usan teletipos (TTY) y otros dispositivos de telecomunicación.

Requisitos necesarios

Para recibir un equipo de telecomunicaciones gratuito, debe reunir los siguientes requisitos:

- Ser residente en Florida.
- Tener 3 o más años de edad para recibir el teléfono con control de volumen para personas con impedimentos auditivos (VCPH), el amplificador en línea (ILA), el señalizador de timbres audible (ARS), o el señalizador de timbres visual (VRS).
- Tener 5 o más años de edad para recibir un TTY.
- Contar con certificación

de que tiene los siguientes impedimentos:

- **Sordera:** debe tener pérdida auditiva permanente y no ser capaz de reconocer la comunicación hablada durante conversaciones telefónicas, con amplificación o sin ella.
- **Dificultad para oír:** debe tener pérdida auditiva permanente lo suficientemente grave para necesitar dispositivos de amplificación para reconocer la comunicación hablada durante conversaciones telefónicas.
- **Sordera/Ceguera:** debe ser sordo y ciego, o tener impedimento auditivo y visual permanente.
- **Impedimento del habla:** debe tener impedimento permanente del habla que no le permita usar un teléfono convencional.

Mayor información en:

(800) 222-3448 (voz)

(888) 447-5620 (TTY)

(850) 656-6099 (Fax)

Lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5 p.m.

ofertas especiales

sigue de la página 23

daño, y una garantía del producto por dos años.

Si desea obtener mayor información, llame a la línea gratuita **(866) 814-4327**. El horario de atención es de lunes a viernes de 7 a.m. a 7 p.m. MT. Los usuarios de dispositivos TTY/TDD deben llamar al 711.

Más ahorros disponibles para usted

Grandes descuentos y ahorros adicionales le están esperando. Visite nuestra página en Internet para conocerlos.

Mayor información en:

www.bcbsfl.com

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

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.

¡Visite a su médico por Internet!



Le tenemos buenas noticias. Hemos ofrecido los servicios de e-Medicine a (Medicina por Internet) muchos médicos familiares. Este nuevo servicio le permite hacer lo siguiente:



Visitar a su médico por Internet con una consulta webVisit®.



Programar la próxima consulta.



Obtener los resultados de laboratorio.



Reabastecer sus medicinas.

Es Fácil Comenzar.

Simplemente visite la página bcbsfl.com y haga clic en **Members (Asegurados)**, y luego en **e-Medicine**.

Pregunte a su médico si ofrece servicios de **e-Medicine**.



BlueCross BlueShield of Florida

An Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

bcbsfl.com

63329 1204 SU

©2006 Blue Cross and Blue Shield of Florida y StayWell Custom 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 ©2006 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.