



BIENVENIDOS A CIGNA

Arranquemos en
la dirección correcta.

Queremos que su transición de Kaiser a Cigna fluya de la mejor manera posible. Por eso creamos la siguiente lista de control, con consejos e información para saber qué puede hacer antes y después de la fecha de inicio de su plan. Esto le permitirá empezar bien y aprovechar al máximo su nuevo plan.

ANTES DE LA FECHA DE INICIO DE SU PLAN

Transfiera sus registros médicos

Es útil conseguir una copia de sus registros médicos y tenerla a mano si empieza a usar un nuevo proveedor de cuidado de la salud, cualquiera que sea. Esto les ayudará a los proveedores de la red de Cigna a comprender sus antecedentes médicos. Para transferir sus registros médicos, tiene estas opciones.

- › Pídale a su proveedor de la red de Kaiser que le ayude a transferir sus registros médicos.
Nota: Cada proveedor es diferente, pero este proceso puede demorar de cuatro a seis semanas.
- › Llame a Kaiser para iniciar el proceso, que incluye completar los formularios necesarios.
- › Acceda a su información en línea en el sitio web de Kaiser para transferir los registros.
- › Pídale a Kaiser sus registros digitales en un CD o pida que le envíen sus registros médicos por correo.
- › Pídale a su Departamento de Recursos Humanos o a su representante de Cigna que le ayude a obtener los formularios de Kaiser.

También tiene acceso al servicio Cigna One Guide®, que le brinda apoyo personalizado durante la inscripción y después de ella, para que pueda recorrer el sistema de cuidado de la salud de una manera más simple. Llame al

Si tiene pensado cambiar de proveedor de cuidado primario (PCP, por sus siglas en inglés), converse con su PCP actual

Estas son algunas preguntas fundamentales que puede hacer antes de que termine su cobertura de Kaiser.

- › Según mi estado de salud, ¿qué información debería darle a mi nuevo proveedor?
- › ¿Estoy tomando algún medicamento que requiere una autorización previa en virtud de mi plan médico?

Contigo paso a paso.®



Ofrecido por Cigna Health and Life Insurance Company o sus afiliadas.

□ Solicite el beneficio de Transición del Cuidado de la Salud

Si en este momento está recibiendo un tratamiento a largo plazo para una afección aguda de un proveedor que no forma parte de la red de Cigna de su plan nuevo, puede solicitar la cobertura de Transición del Cuidado de la Salud. Esto le permite solicitar cobertura dentro de la red durante un período específico o hasta que sea seguro transferir sus servicios de cuidado de la salud a un proveedor de la red.

Algunos ejemplos comunes en los que esto puede ser necesario incluyen: una paciente que esté en el segundo o tercer trimestre de embarazo, cirugías programadas, servicios de salud del comportamiento/ consumo de sustancias, diálisis, radioterapia y/o quimioterapia, e infusiones. Nota: Este proceso puede demorar aproximadamente entre 5 y 7 días hábiles después de la fecha de inicio del plan.

Si necesita atenderse dentro de los primeros 15 días de la fecha de inicio de su nuevo plan, debe enviar sus formularios antes de la fecha de inicio de su nuevo plan para que los revisen y los aprueben. El administrador de su plan puede ayudarle si el plazo es muy ajustado.

De lo contrario, si tiene una cirugía o algún procedimiento programado, o en caso de embarazo, solicite la cobertura lo antes posible, preferentemente dentro de los 30 a 60 días después de la fecha de entrada en vigor de su plan.

Es posible que deba pagar el costo de los servicios proporcionados por un proveedor de cuidado de la salud fuera de la red después de la fecha de inicio de la cobertura, a menos que Cigna apruebe la cobertura de Transición del Cuidado de la Salud o que su plan incluya la cobertura de dichos servicios fuera de la red. Consulte los materiales de su plan para obtener detalles.

Para obtener un formulario de Transición del Cuidado de la Salud, visite Cigna.com (en la parte inferior de la página, en el menú *I want to [Deseo]*). Luego, seleccione *Medical Forms (Formularios médicos)*.

También puede pedirle el formulario al administrador de su plan o al representante de Cigna. Los formularios los debe completar usted y deben incluir la información de contacto de su proveedor. Le recomendamos que hable con su proveedor de la red de Kaiser para conocer el motivo y el diagnóstico, el tratamiento que está recibiendo y la duración prevista.

Los formularios completados pueden enviarse directamente a Cigna para que los procese. (Las instrucciones están incluidas en el formulario).

DESPUÉS DE LA FECHA DE INICIO DE SU PLAN

□ Confirme que tiene una cita de cuidado preventivo con su proveedor de la red de Cigna

El cuidado preventivo regular puede ayudar a detectar problemas de salud antes de que empiecen. Por eso, aunque se sienta bien, debe programar su chequeo anual y los exámenes de detección y las vacunas que le recomiende su PCP durante su visita. La mayoría de los servicios de cuidado preventivo están cubiertos al 100% cuando los recibe a través de un proveedor o centro dentro de la red.*



Para programar citas con su médico, llame directamente al consultorio de su médico.

□ Regístrese en myCigna.com y descargue la aplicación [myCigna](http://myCigna.com)***

myCigna es su recurso personalizado en línea que le permite administrar su plan de salud y los costos de una manera fácil. En **myCigna**, usted puede:

- Encontrar médicos y servicios médicos dentro de la red
- Revisar la cobertura
- Administrar y hacer un seguimiento de los reclamos
- Ver estimaciones de costos de procedimientos médicos y medicamentos con receta
- Comparar información sobre calidad de la atención de médicos y hospitales
- Completar una evaluación de la salud
- Explorar el asesoramiento en línea con My Health Assistant
- Configurar sus metas, desafíos y actividades para el cuidado de la salud

□ Use el directorio de proveedores en [myCigna](http://myCigna.com) para conocer los proveedores y los centros de su red, que incluyen:

- PCP
- Especialistas (cardiólogos, oncólogos, dermatólogos)
- Salas de emergencias, centros de cuidado de urgencia, centros de salud del comportamiento y centros de consumo de sustancias
- Farmacias (minoristas y minoristas con despacho para 90 días)
- Laboratorios, centros de radiología y centros para resonancias magnéticas y tomografías axiales computarizadas

□ Aproveche al máximo sus opciones de cuidado de la salud

Si necesita atenderse y su PCP no está disponible, la sala de emergencias no es la única opción. Puede ahorrar tiempo y dinero con una de estas opciones.

➤ **Cigna Telehealth Connection:** Conéctese con un médico certificado por videochat o por teléfono, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, incluidos los fines de semana y feriados. Puede obtener el tipo de cuidado que necesite –inclusive la mayoría de los medicamentos con receta (cuando corresponda)– para muchas afecciones leves. Su costo de desembolso generalmente es igual o más bajo que una visita a su PCP.***

➤ **Clínicas de acceso fácil** (tal vez no estén disponibles en todas las áreas): Para el tratamiento de problemas médicos menores. Las clínicas de acceso fácil generalmente están ubicadas en tiendas minoristas y farmacias, y suelen abrir por la noche y los fines de semana.

❑ **Llame a la Línea de Información sobre la Salud de Cigna, en cualquier momento**

Si no sabe bien dónde atenderse, puede llamar a la Línea de Información sobre la Salud atendida las 24 horas de Cigna en cualquier momento, para hablar con un profesional clínico que podrá ayudarle a comprender los problemas de salud que tenga y a tomar decisiones informadas al respecto, sin costo adicional.

❑ **Cambie de PCP, en cualquier momento**

Hay dos maneras sencillas de cambiar de PCP.

- Llame al número que aparece en la parte de atrás de su tarjeta de identificación para hablar con un representante de Servicio al Cliente las 24 horas del día, los 7 días de la semana, durante todo el año.
- Visite **myCigna.com** y seleccione *My Health Team* (Mi equipo de salud).

Si su tarjeta de identificación actual tiene la información de su PCP, recibirá una nueva tarjeta de identificación con la información del nuevo PCP que eligió.

❑ **Transfiera y actualice sus recetas**

Si la farmacia que está usando en este momento no está en la red de Cigna de su plan, puede pasar fácilmente a una de la red. Con Cigna, tiene muchísimas opciones.

- **Farmacia minorista:** Use el directorio del sitio web myCigna para ver una lista de las farmacias de la red que le queden cerca.
- **Cigna Home Delivery PharmacySM** (si está disponible con su plan): También puede obtener un suministro para 90 días de medicamentos de mantenimiento a través de Cigna Home Delivery Pharmacy. Hacer el pase es fácil con nuestro programa QuickSwitch[®]. Consulte los materiales de su plan para conocer los detalles completos.

Una vez que encuentre la farmacia que desea, simplemente llame al número que aparece en la parte de atrás de su tarjeta de identificación y un guía personal de Cigna podrá ayudarle con el resto.

¿Están por vencer sus recetas? Si sus recetas vencerán pronto, comuníquese con su nuevo PCP. Seguramente tenga que pedir una cita. Al programar su cita, avise que necesita una receta actualizada. Esto podría permitirle conseguir una cita para una fecha más cercana, para no quedarse sin tomar sus medicamentos.

Recuerde: Estamos para servirle.

El servicio Cigna One Guide ofrece apoyo personalizado durante la inscripción y después de ella, para que usted y los miembros de su familia cubiertos puedan recorrer el sistema de cuidado de la salud de una manera más simple.

Un guía personal puede ayudarle a:

- Buscar un PCP dentro de la red que ayude a satisfacer sus necesidades
- Comprender su plan, su red y sus opciones
- Saber adónde ir para recibir atención de calidad y con una buena relación costo-beneficio
- Recibir recordatorios de sus citas y mantenerse al día con los servicios de cuidado preventivo
- Encontrar las farmacias de la red más adecuadas para usted
- Orientarle con las herramientas, los programas y los recursos disponibles para usted, y mucho más. Llame al

Los representantes de Servicio al Cliente

están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, durante todo el año. También contamos con representantes de Servicio al Cliente de habla hispana y servicios de traducción en más de 200 idiomas, traducciones de documentos en su idioma preferido, y documentos en una fuente alternativa, en braille o en audio.

Después de inscribirse, llame al número gratuito que aparece en la parte de atrás de su tarjeta de identificación de Cigna.



* Es posible que no todos los servicios de cuidado preventivo estén cubiertos. Por ejemplo, las vacunas para viajes generalmente no están cubiertas. Revise los documentos de su plan para ver una lista completa de los servicios de cuidado preventivo cubiertos. ** La descarga y el uso de la aplicación myCigna Mobile App están sujetos a los términos y las condiciones de la aplicación y la tienda en línea desde la cual se descargue. Se aplican los cargos estándar de las compañías de telefonía celular y uso de datos. Las funciones de myCigna pueden variar según el diseño de su plan. *** Los servicios de telesalud son brindados por compañías/entidades externas y no por Cigna. Los proveedores son exclusivamente responsables del tratamiento que brindan. No todos los proveedores tienen servicio de videochat, y el videochat no está disponible en todas las áreas. Este servicio es independiente de la red de proveedores de su plan de salud. Es posible que los servicios de telesalud no estén disponibles para todos los tipos de planes. No se necesita la referencia de un PCP para este servicio.

La disponibilidad de los productos puede variar según la ubicación y el tipo de plan, y está sujeta a cambios. Todas las pólizas de seguro de salud colectivo y los planes de beneficios de salud tienen exclusiones y limitaciones. Para conocer los costos y los detalles de la cobertura, consulte los documentos de su plan.

Todos los productos y servicios de Cigna son brindados exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, que incluyen a Cigna Health and Life Insurance Company, Cigna Behavioral Health, Inc., Cigna Health Management, Inc., Tel-Drug, Inc., Tel-Drug of Pennsylvania, L.L.C. y HMO subsidiarias o compañías de servicios subsidiarias de Cigna Health Corporation, incluidas Cigna HealthCare of Arizona, Inc., Cigna HealthCare of California, Inc., Cigna HealthCare of Colorado, Inc., Cigna HealthCare of Connecticut, Inc., Cigna HealthCare of Florida, Inc., Cigna HealthCare of Georgia, Inc., Cigna HealthCare of Illinois, Inc., Cigna HealthCare of Indiana, Inc., Cigna HealthCare of St. Louis, Inc., Cigna HealthCare of North Carolina, Inc., Cigna HealthCare of New Jersey, Inc., Cigna HealthCare of South Carolina, Inc., Cigna HealthCare of Tennessee, Inc. (CHC-TN) y Cigna HealthCare of Texas, Inc. Formularios de pólizas: OK: HP-APP-1 y otras; OR: HP-POL38 02-13, TN: HP-POL43/HC-CER1V1 y otras (CHLIC); GSA-COVER y otras (CHC-TN). "Cigna Home Delivery Pharmacy" se refiere a Tel-Drug, Inc. y Tel-Drug of Pennsylvania, L.L.C. El nombre de Cigna, el logo y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc.