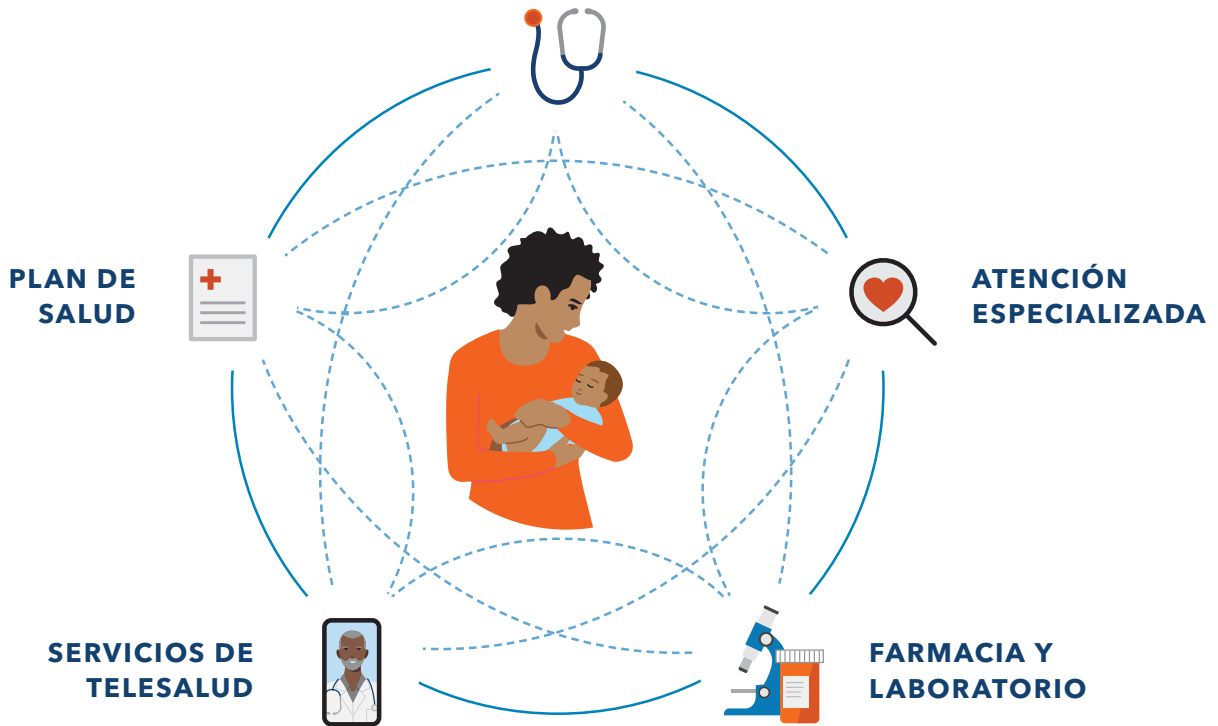


Atención que se enfoca completamente en usted



ATENCIÓN PRIMARIA



Diseñado para facilitarle la vida

Gracias a la atención y la cobertura combinadas, los médicos, hospitales y beneficios de su plan de salud de Kaiser Permanente están conectados y comprometidos a brindarle una atención excepcional, justo a su medida.

Fácil acceso a los mejores especialistas y a los tratamientos más avanzados

Costos predecibles y menos papeleo

Atención adecuada, cuando la necesita



Descubra cómo podemos ayudarle a mantenerse saludable y seguir haciendo lo que más le apasiona. kp.org/allthatisyou (cambie el idioma a español)

Encuentre su versión más saludable

Le ayudamos a encontrar la atención que necesita, siempre. La atención en Kaiser Permanente es más sencilla y ágil gracias a la conexión entre los cuidadores, a los canales de atención adicionales y al apoyo destinado a la salud integral. Le damos la bienvenida a la atención médica que se adapta a su vida.

OBTENGA MÁS INFORMACIÓN SOBRE LOS SIGUIENTES TEMAS:

Atención personalizada	4
Atención conveniente.....	5
Atención de primer nivel.....	6
Una mejor experiencia desde el primer momento	7
Transición de la atención para nuevos miembros	8
Cómo aprovechar su membresía al máximo.....	9
Cómo ahorrar en servicios y productos para el bienestar	10
Resumen de beneficios médicos.....	11
Resumen de beneficios y cobertura de atención dental	12-13
Resumen de beneficios y cobertura para servicios de la vista	14-15
Dónde obtener atención.....	16
Atención fuera de casa.....	17

¿Necesita hablar con alguien? Estamos aquí para ayudarle.

Un especialista en inscripciones de Kaiser Permanente puede responder sus preguntas, como dónde recibir atención médica o qué opciones están incluidas. Llame al **1-800-514-0985 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m., hora del Pacífico.



Atención personalizada

Para usted que merece comprensión

Los médicos de Kaiser Permanente tienen una sola prioridad: su salud. Su historia clínica electrónica le brinda información al equipo de atención sobre sus antecedentes de salud para que su médico pueda planificar la atención adecuada para usted. Además, le permite conocer su estilo de vida, sus riesgos y sus objetivos para saber qué es lo que más le importa a usted y así ser su principal aliado en la salud.



Descubra una atención médica que se adapta a su vida.
kp.org/connectedtocare (cambie el idioma a español)

Le brindamos orientación en cada etapa de su atención



Sus antecedentes de salud se encuentran en su historia clínica electrónica.



Su médico le ayuda con las citas y las referencias.



Su historia clínica está disponible para usted y su equipo de atención 24/7.



Su equipo de atención le avisa cuándo hacerse exámenes médicos y pruebas.

Atención conveniente

Para usted que tiene una agenda ocupada

Visite kp.org/espanol o use la aplicación para hacer una cita de rutina en persona para el mismo día o el día siguiente. También puede consultar a un profesional clínico de salud por teléfono o videollamada las 24 horas del día, los 7 días de la semana.* Sin importar cómo decida comunicarse, siempre podrá hablar con un profesional médico que puede consultar sus antecedentes de salud y retomar su atención dónde la dejó.

Haga mucho más en una sola consulta

La mayoría de los centros de atención tienen farmacias y laboratorios en el mismo edificio, por lo que puede consultar a su médico, hacerse pruebas de laboratorio y recoger los medicamentos, todo en un solo lugar.

Su bienestar en la palma de su mano

- Reciba atención virtual las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Envíe correos electrónicos a su equipo de atención.
- Vea la mayoría de los resultados de laboratorio y las notas del médico.
- Vuelva a surtir la mayoría de los medicamentos.
- Regístrese para sus citas.
- Pague las facturas y consulte sus estados de cuenta.



Descubra cómo la aplicación de Kaiser Permanente le permite administrar su atención. kp.org/movil

FAST COMPANY | **THE WEBBY AWARDS**

La aplicación móvil ganó el premio "Design Company of the Year" (Compañía de diseño del año) de Fast Company de 2022 y el premio "People's Voice" (La voz de la gente) de Webby Awards de 2022 en la categoría aplicaciones de salud y acondicionamiento físico.

Cuenta con cobertura mientras viaja



Si piensa viajar, podemos ayudarle a coordinar sus vacunas, volver a surtir sus medicamentos y mucho más. Además, mientras esté de viaje, contará con cobertura para atención de urgencia y de emergencia en cualquier lugar del mundo. Consulte la página 17 para obtener más detalles.

* Cuando corresponda y esté disponible. Si viaja fuera del estado, es posible que las consultas por teléfono y por video no estén disponibles debido a leyes estatales que impiden que los médicos brinden atención en otros estados. Las leyes varían según el estado.

Atención de primer nivel

Para usted que espera recibir lo mejor

Sea cual sea la atención que necesita –salud mental, maternidad, atención del cáncer, salud del corazón y más– tiene acceso a médicos especializados, tecnología de última generación y atención basada en la evidencia más reciente.



Conozca cómo los médicos y los especialistas trabajan para usted.

[kp.org/atencion especializada](https://kp.org/atencion-especializada)



Nos destacamos a nivel nacional en la realización de pruebas de detección y en la investigación. Además, nuestros planes de salud se encuentran entre los de calificación más alta en cada uno de los estados en los que ofrecemos servicios.^{1,2,3}

Los miembros de Kaiser Permanente tienen:



4

veces más probabilidades de completar programas de rehabilitación cardíaca con el apoyo adecuado⁴

52%

más de probabilidades de superar el cáncer colorrectal⁵

33%

menos de probabilidades de tener una muerte prematura por cáncer⁶



Los 39 hospitales de Kaiser Permanente de todo el país han recibido el reconocimiento de la revista U.S. News & World Report por su alto desempeño en uno o más tipos de atención.

1. Calificaciones en el Conjunto de Datos e Información sobre el Empleador para el Plan de Salud (Healthcare Effectiveness Data and Information Set, HEDIS®) 2022 de Kaiser Permanente. Los datos de referencia fueron proporcionados por Quality Compass® del Comité Nacional para el Control de Calidad (National Committee for Quality Assurance, NCQA) y representan todas las líneas comerciales. El Departamento de Calidad de la Atención y el Servicio de Kaiser Permanente proporcionó las calificaciones regionales combinadas de Kaiser Permanente. Los datos que aparecen en esta publicación fueron proporcionados por Quality Compass 2022 y se usan con permiso del NCQA. Quality Compass 2022 incluye ciertos datos del Estudio sobre Evaluación de los Planes de Salud por los Consumidores (Consumer Assessment of Healthcare Providers and Systems, CAHPS). Cualquier presentación, análisis, interpretación o conclusión que se base en estos datos es exclusivamente de los autores, y el NCQA se exige específicamente de toda responsabilidad por tal presentación, análisis, interpretación o conclusión. Quality Compass® y HEDIS® son marcas comerciales registradas del NCQA. CAHPS® es una marca comercial registrada de la Agencia para la Investigación y la Calidad del Cuidado de la Salud (Agency for Healthcare Research and Quality). 2. Informe Anual 2021, Kaiser Permanente, [about.kaiserpermanente.org/who-we-are/annual-reports/2021-annual-report](https://www.kaiserpermanente.org/who-we-are/annual-reports/2021-annual-report) (en inglés)

3. Calificaciones de los Planes de Seguro Médicos Privados del NCQA para 2022 y 2023, Comité Nacional de Garantía de Calidad, 2022: Kaiser Foundation Health Plan of Colorado – HMO (obtuvo 4 de 5); Kaiser Foundation Health Plan of Georgia, Inc. – HMO (obtuvo 4 de 5); Kaiser Foundation Health Plan, Inc., of Hawaii – HMO (obtuvo 4 de 5); Kaiser Foundation Health Plan of the Mid-Atlantic States, Inc. – HMO (obtuvo 5 de 5); Kaiser Foundation Health Plan, Inc., of Northern California – HMO (obtuvo 4.5 de 5); Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest – HMO (obtuvo 4 de 5); Kaiser Foundation Health Plan, Inc., of Southern California – HMO (obtuvo 4.5 de 5); Kaiser Foundation Health Plan of Washington – HMO (obtuvo 4 de 5). 4. La tasa de completación del programa virtual de rehabilitación cardíaca de Kaiser Permanente es superior al 80%, cuatro veces mayor que el programa en el centro. 5. Theodore R. Levin, M.D., y otros, "Effects of Organized Colorectal Cancer Screening on Cancer Incidence and Mortality in a Large, Community-Based Population", *Gastroenterology*, noviembre de 2018. 6. Elizabeth A. McGlynn, PhD, y otros, "Measuring Premature Mortality Among Kaiser Permanente Members Compared to the Community", 20 de julio de 2022.

Una mejor experiencia desde el primer momento

Para usted que recién está empezando

Cambiar de plan puede parecer muy complicado, pero en Kaiser Permanente guiamos a los miembros nuevos en cada paso. Por lo tanto, recibirá la atención que necesita sin interrupciones.



Explore perfiles para encontrar al médico de su preferencia

Con los perfiles de los médicos en línea, puede consultar la amplia lista de profesionales y centros disponibles en su área, incluso antes de inscribirse. Así puede unirse sabiendo que encontró un médico que se adapta a sus necesidades.



Transfiera su atención

Transfiera sus recetas médicas fácilmente y programe una consulta con un médico que atienda cerca de su casa, trabajo o escuela. Nos esforzamos por brindarle el apoyo necesario para que alcance sus objetivos de salud.



Conéctese con la atención en línea

Después de inscribirse, cree una cuenta en kp.org/espanol y descargue la aplicación de Kaiser Permanente*. Luego, maneje su salud cuando y donde lo desee, y a la hora que le sea más conveniente.

La atención médica no tiene por qué ser un tema complicado

No se preocupe si no sabe distinguir una organización para el mantenimiento de la salud (*Health Maintenance Organization*, HMO) de una cuenta de ahorros para gastos médicos (*Health Savings Account*, HSA); es algo que les pasa a muchas personas. Pero tenga la tranquilidad que le ayudaremos a entender cómo funciona la atención médica. Ingrese a kp.org/infobasica para leer información básica.







* Para usar la aplicación de Kaiser Permanente, tiene que ser miembro de Kaiser Permanente y estar registrado en kp.org/espanol.

Transición de la atención para nuevos miembros

Para usted que necesita un poco de ayuda

Nuestro objetivo es poder determinar sus necesidades personales y ponerlo en contacto con aquellos médicos y especialistas que puedan ayudarle a coordinar eficazmente la transición de su atención y los medicamentos recetados.

Tipos de necesidades médicas con las que nuestra Recepción de Bienvenida para Nuevos Miembros puede ayudarle:

	Necesidades frecuentes <ul style="list-style-type: none">• Elegir un médico• Programar una cita de rutina• Transferir recetas médicas <p>También disponible para autoservicio en kp.org/espanol, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.</p>
	Necesidades de padres e hijos <ul style="list-style-type: none">• Elegir un pediatra o un médico familiar• Comunicarse con el servicio de obstetricia y ginecología• Transferir registros y antecedentes de salud• Transferir recetas médicas• Programar consultas de bienestar infantil y citas para vacunación
	Necesidades de atención especializada <ul style="list-style-type: none">• Comunicarse con especialistas, como oncólogos, ortopedistas y médicos especialistas en garganta, nariz y oído• Comunicarse con profesionales de la salud mental• Determinar las necesidades de un equipo médico duradero
	Atención médica de alta complejidad <ul style="list-style-type: none">• Conectarse con recursos de atención especializada para afecciones tales como cáncer, enfermedad renal, cuidados antes y después de una cirugía, y trasplantes• Comunicarse con una farmacia para obtener medicamentos de especialidad e infusiones

Visite kp.org/miembrosnuevos para comenzar por su cuenta o llame al **1-888-491-1124 (TTY 711)**. El servicio está disponible de lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.



Cómo aprovechar su membresía al máximo

Para usted que está conociendo sus opciones

Mantenerse saludable va más allá de la consulta al médico. Explore algunas de nuestras convenientes opciones disponibles para los miembros y encuentre lo que necesita para estar bien.¹ Muchos de estos recursos no tienen costo adicional.



Programa de prevención de la diabetes de Omada²

Omada combina la ciencia del cambio en el comportamiento con el apoyo personal para que sus empleados puedan hacer cambios duraderos. Obtenga más información en mybenefits.kp.org/oebb/healthy-resources (en inglés).



Atención alternativa

Su beneficio le ofrece cobertura de servicios quiroprácticos, de acupuntura y de naturopatía a través de la red de The CHP Group. Visite chpgroup.com para encontrar un proveedor.



Programas de ejercicios físicos al instante y en persona a través de ClassPass³

Elija entre miles de videos de programas de ejercicios físicos al instante y obtenga precios reducidos para clases en persona y mediante transmisiones en vivo. Obtenga más información en kp.org/classpass (en inglés).



Programas para un estilo de vida saludable

Mejore su salud con programas en línea que le ayudarán a perder peso, dejar de fumar, reducir el estrés y mucho más. Obtenga más información en kp.org/vidasana.



Asesoría de bienestar

Hable por teléfono con un asesor de bienestar de manera personalizada para que le ayude a alcanzar sus objetivos de salud. Obtenga más información en kp.org/wellnesscoach (cambie el idioma a español).

Más recursos para mejorar su salud integral^{3,4}

Calm

Use la meditación y la atención plena para desarrollar la resiliencia mental, reducir el estrés y mejorar la calidad del sueño.

myStrength

Defina objetivos de salud mental, registre sus avances y reciba ayuda para manejar la depresión, la ansiedad y más.

ginger

Este enfoque hacia la salud mental preventivo y a demanda le brinda apoyo en cualquier momento y lugar.

Para obtener más información, visite kp.org/appsautocuidado.

1. Estos servicios no están cubiertos por los beneficios de su plan de salud ni están sujetos a los términos establecidos en su *Evidencia de Cobertura* u otros documentos del plan. Pueden suspenderse en cualquier momento y sin previo aviso. 2. Los miembros deben cumplir con los criterios clínicos de inclusión para participar en este programa. 3. Disponible únicamente para los miembros de Kaiser Permanente con cobertura médica. 4. myStrength® es una marca comercial registrada de Livongo Health, Inc., una subsidiaria de propiedad absoluta de Teladoc Health, Inc.

Cómo ahorrar en servicios y productos para el bienestar

Para usted que está buscando ahorrar

En Kaiser Permanente, aproveche los descuentos en herramientas en línea, clases, programas y actividades que pueden ayudarle a mantenerse feliz y saludable. Visite kp.org/memberdiscounts (en inglés) para obtener más información.

Programa Activo y Saludable de CHP

Con este programa usted y su familia pueden ahorrar dinero en sus actividades favoritas de salud, de entretenimiento y de alivio del estrés.

Explore las siguientes opciones y más en chpactiveandhealthy.com.

Aventuras y actividades al aire libre

Ahorre en gimnasios para practicar escalada, escuelas al aire libre, viajes de pesca guiados, alquiler de esquís y otras actividades que le permitirán estar en movimiento.

Arte y cultura

Obtenga descuentos para explorar museos, jardines, galerías de arte y centros de artes escénicas de su localidad. También puede ahorrar en clases de música y conseguir boletos de cine con descuento.

Ejercicio

Puede ahorrar en una gran variedad de membresías y servicios relacionados con el acondicionamiento físico: desde campamentos de entrenamiento, clases de artes marciales y gimnasios hasta centros acuáticos, estudios de danza y entrenadores personales.

Alimentación saludable

Encontrará ofertas para clases de cocina, suplementos nutricionales, servicios para el manejo del peso, suministros de jardinería y mucho más.

Atención alternativa y quiropraxia

Obtenga descuentos en medicina naturopática, atención quiropráctica, masajes y otras terapias alternativas de proveedores que pertenecen a la red de The CHP Group. Visite chpgroup.com para obtener más información y elegir un proveedor.

ChooseHealthy®

Con el programa ChooseHealthy puede seguir avanzando hacia una mejor salud. ChooseHealthy es un recurso en línea para obtener información sobre la salud, herramientas de salud y acondicionamiento físico, además de descuentos en productos para la salud. Este programa está disponible sin costo adicional para usted. Obtenga más información en kp.org/choosehealthy (en inglés).

- Organice las comidas del mes con planes de alimentación que se adapten a sus gustos, nivel de actividad física y objetivos de peso.
- Obtenga planes personalizados de ejercicios aeróbicos y de fuerza según sus objetivos de acondicionamiento físico.
- Ahorre con descuentos por membresía y en el pago de inscripción en más de 100 gimnasios, estudios de yoga y centros de ejercicio desde Longview, Washington, hasta Eugene, Oregón.

Estos productos y servicios los proporcionan entidades que no son Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (KFHPNW). Ciertos planes de beneficios de KFHPNW incluyen la cobertura de algunos de estos servicios con descuento. Consulte su *Evidencia de Cobertura* para obtener más información. KFHPNW no asume ninguna responsabilidad por estos productos y servicios con descuento. En caso de que surja algún problema, puede usar nuestro proceso de quejas formales llamando a Servicio a los Miembros al 1-800-813-2000 (TTY 711).

Resumen de beneficios médicos para 2023-2024

Beneficios del plan	Plan 1	Plan 2A	Plan 2B	Plan 3
Deducible por año del plan	Ninguno	\$800/individual \$2,400/familiar	\$1,200/individual \$3,600/familiar	\$1,600/individual ¹ \$3,200/familiar ²
Gasto máximo de bolsillo por año del plan	\$1,500/individual \$3,000/familiar	\$4,000/individual \$12,000/familiar	\$4,500/individual \$13,500/familiar	\$6,550/individual ¹ \$13,100/familiar ²
Servicios de atención preventiva	\$0	\$0	\$0	\$0
Atención prenatal	\$0	\$0	\$0	\$0
Consultas de bienestar infantil de rutina	\$0	\$0	\$0	\$0
Pruebas preventivas	\$0	\$0	\$0	\$0
Copago por visita al consultorio	\$20	\$25	\$30	20% después del deducible
Copago para el especialista	\$30	\$35	\$40	20% después del deducible
Atención virtual	\$0	\$0	\$0	0% después del deducible
Cirugía para pacientes ambulatorios	\$75	20% después del deducible	20% después del deducible	20% después del deducible
Copago por atención en la sala de emergencias	\$100	20% después del deducible	20% después del deducible	20% después del deducible
Atención para pacientes hospitalizados	\$100 por día, hasta un máximo de \$500 por hospitalización	20% después del deducible	20% después del deducible	20% después del deducible
Laboratorio/Radiografías para diagnóstico	\$20	\$25	\$30	20% después del deducible
Medicamentos recetados: La farmacia de pedidos por correo está disponible por 2 copagos para un suministro de 90 días.	\$5 para medicamentos genéricos \$25 para marcas de la lista de medicamentos recetados disponibles \$45 para marcas que no figuran en la lista de medicamentos recetados disponibles 25% hasta un máximo de \$100 para medicamentos de especialidad	\$5 para medicamentos genéricos \$25 para marcas de la lista de medicamentos recetados disponibles \$45 para marcas que no figuran en la lista de medicamentos recetados disponibles 25% hasta un máximo de \$100 para medicamentos de especialidad	\$5 para medicamentos genéricos \$25 para marcas de la lista de medicamentos recetados disponibles \$45 para marcas que no figuran en la lista de medicamentos recetados disponibles 25% hasta un máximo de \$100 para medicamentos de especialidad	20% después del deducible
Atención alternativa por autorreferencia: servicios quiroprácticos, de acupuntura y de naturopatía	\$20 Límite de 20 consultas para servicios quiroprácticos Límite de 12 consultas para acupuntura	\$25 Límite de 20 consultas para servicios quiroprácticos Límite de 12 consultas para acupuntura	\$30 Límite de 20 consultas para servicios quiroprácticos Límite de 12 consultas para acupuntura	20% después del deducible Límite de 20 consultas para servicios quiroprácticos Límite de 12 consultas para acupuntura

1. Cobertura anual solo para el suscriptor. 2. Por año, para una familia de 2 o más integrantes.

Esto no es un contrato. Este resumen de beneficios no describe completamente su cobertura de beneficios con Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest. Para obtener más información sobre la cobertura de beneficios, las exclusiones y las limitaciones, la revisión de reclamaciones y los procedimientos de adjudicación, consulte la *Evidencia de Cobertura (EOC)* o llame a Servicio a los Miembros. En caso de que exista una discrepancia entre este resumen y la *Evidencia de Cobertura*, prevalecerá la *Evidencia de Cobertura*.

Atención dental de primer nivel

Para usted que busca tener una hermosa sonrisa

Creemos en la salud integral, comenzando con la atención dental y bucal de alta calidad. Esta es la razón por la que cada miembro obtiene un plan de prevención y tratamiento personalizado. Por eso, la atención dental preventiva es la base de nuestra filosofía.

Ofrecemos a los miembros opciones innovadoras para que puedan ahorrar tiempo y manejar su salud de la manera más conveniente, ya sea con atención dental virtual o con la posibilidad de programar citas en internet o hacer un registro rápido.

Obtenga más información en mybenefits.kp.org/oebb/dental (en inglés).

En Kaiser Permanente tratamos la salud dental como parte de su salud integral. Nuestros equipos dentales trabajan junto con su equipo de atención médica para cuidar completamente de usted.



160

dentistas generales y especialistas de primera categoría en ubicaciones convenientes cerca de su casa o su trabajo.

+ 45,000

necesidades de atención resueltas en 2022¹ a través del acceso de los miembros a pruebas de detección y referidos importantes.

95%

de nuestros miembros nos recomendarían a familiares y amigos.²



Si necesita atención de emergencia, por favor, llame al Centro de Citas las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Tiene cobertura para afecciones dentales de emergencia, como hinchazón o infección graves, lesión traumática grave en un diente, sangrado que no se detiene y dolor extremo.



Con las nuevas opciones de teleodontología, como correos electrónicos y consultas por teléfono y por video, puede hablar con su equipo de atención sobre sus síntomas y antecedentes dentales, y recibir consejos sobre lo que debe hacer, todo sin salir de su casa o la oficina.^{3,4}

1. Según la medición de rendimiento a fin del año 2022 de los consultorios dentales de Glisan, Beaverton, Cedar Hills, Tanasbourne y Salmon Creek. 2. Según la encuesta de Press Ganey realizada entre enero de 2022 y diciembre de 2022. 3. Cuando corresponda y esté disponible. Estos recursos están disponibles cuando recibe atención en un centro de Kaiser Permanente. 4. Para hacer una consulta por video, los miembros deben estar registrados en kp.org/espanol y tener una computadora o un dispositivo móvil con cámara. Si viaja fuera del estado, es posible que las consultas por teléfono y por video no estén disponibles debido a leyes estatales que impiden que los médicos brinden atención en otros estados. Las leyes varían según el estado.

Resumen de beneficios de atención dental para 2023-2024

Beneficios del plan	Plan de atención dental ¹
Copago por visita al consultorio dental: preventiva	\$0
Copago por visita al consultorio dental: no preventiva	\$20 por consulta más cualquier copago o coseguro enumerado a continuación para servicios específicos
Deducible	Ninguno
Máximo del plan por año, por miembro ²	\$4,000
Exámenes bucales, radiografías, limpiezas (profilaxis), tratamientos con fluoruro y mantenedores de espacio	\$0
Empastes de rutina, incrustaciones y coronas de acero inoxidable ^{3,4,5}	\$0
Extracciones simples de dientes ⁵	\$0
Extracciones quirúrgicas, incluidos el diagnóstico y la evaluación ⁵	\$50
Diagnóstico, evaluación y tratamiento de la enfermedad de las encías, incluidos la eliminación de sarro y el alisado radicular ⁵	\$0
Tratamientos de conductos y terapias asociadas, incluidos el diagnóstico y la evaluación ⁵	\$50
Coronas de oro o porcelana e incrustaciones ⁵	\$250
Dentaduras postizas parciales y completas, ajustes y rebasados ⁵	\$100
Pónticos y retenedores de puentes ⁵	\$250
Tratamiento de ortodoncia ⁵	Copago de \$2,500 + \$20 por visita
Implantes (límite de 4 de por vida)	50%
Protectores oclusales (una vez cada 5 años) y protectores bucales deportivos (una vez al año)	10%

1. Los servicios deben ser proporcionados por un proveedor contratado de Kaiser Permanente para que se paguen los beneficios. Consulte la información en la *Evidencia de Cobertura*. 2. Los servicios preventivos, de diagnóstico y de ortodoncia no se cuentan en el máximo del plan por año. 3. Empastes posteriores pagados a precio de amalgama. 4. Los empastes están cubiertos al 100% para todas las superficies dentales de amalgama, los dientes anteriores compuestos y los dientes posteriores compuestos de una superficie. Los pacientes pueden solicitar empastes compuestos, que se consideran una compra y se pueden aplicar costos adicionales. 5. El beneficio está sujeto a un periodo de espera de 12 meses para las personas que se inscribieron tarde.

Cobertura integrada para servicios de la vista

Para usted que desea tener una vista saludable

Tener una vista saludable es mucho más que usar anteojos y lentes de contacto. Nuestros optometristas y oftalmólogos brindan cuidado integral de los ojos, incluidos exámenes rutinarios de los ojos, para ayudarle a mantener la agudeza y la salud visuales.

Obtenga más información en mybenefits.kp.org/oebb/vision (en inglés).



A través de nuestro sistema de historias clínicas electrónicas, todos los proveedores de atención tienen acceso a una visión completa de su salud y trabajan en equipo para ayudarle a tomar las mejores decisiones relacionadas con su atención médica.



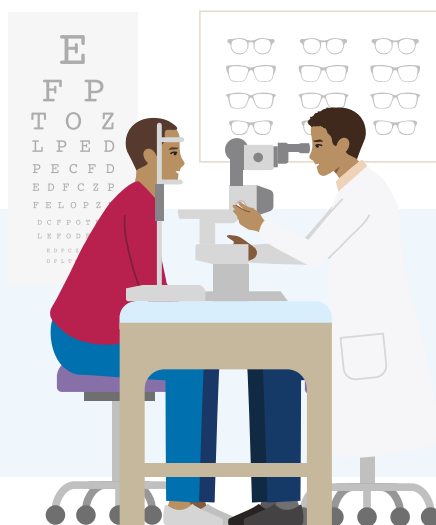
Resumen de beneficios para servicios de la vista para 2023-2024

Plan de beneficios para servicios de la vista para 2023-2024*	Plan 1	Plan 2A	Plan 2B	Plan 3
Examen de la vista	\$5	\$5	\$5	20% después del deducible
Asignación para materiales de óptica: una vez por cada año del plan				
Armazones, lentes y lentes de contacto (Se pueden usar hasta \$100 de esta asignación para gafas de sol o con recubrimiento contra la fatiga visual por el uso de dispositivos digitales sin receta).	\$250	\$250	\$250	\$250
Beneficios adicionales				
Plan de protección 50/50	Los miembros pueden devolver anteojos dañados, rotos o mascados que hayan comprado en Vision Essentials by Kaiser Permanente y deberán abonar el 50% del precio original para reemplazarlos.			
Segundo par completo de anteojos	Ahorre un 30% en el segundo par completo de anteojos. Elija entre estilos con diferentes propósitos, como anteojos deportivos, para leer, con protección de luz azul y de seguridad.			



Cómo recibir atención

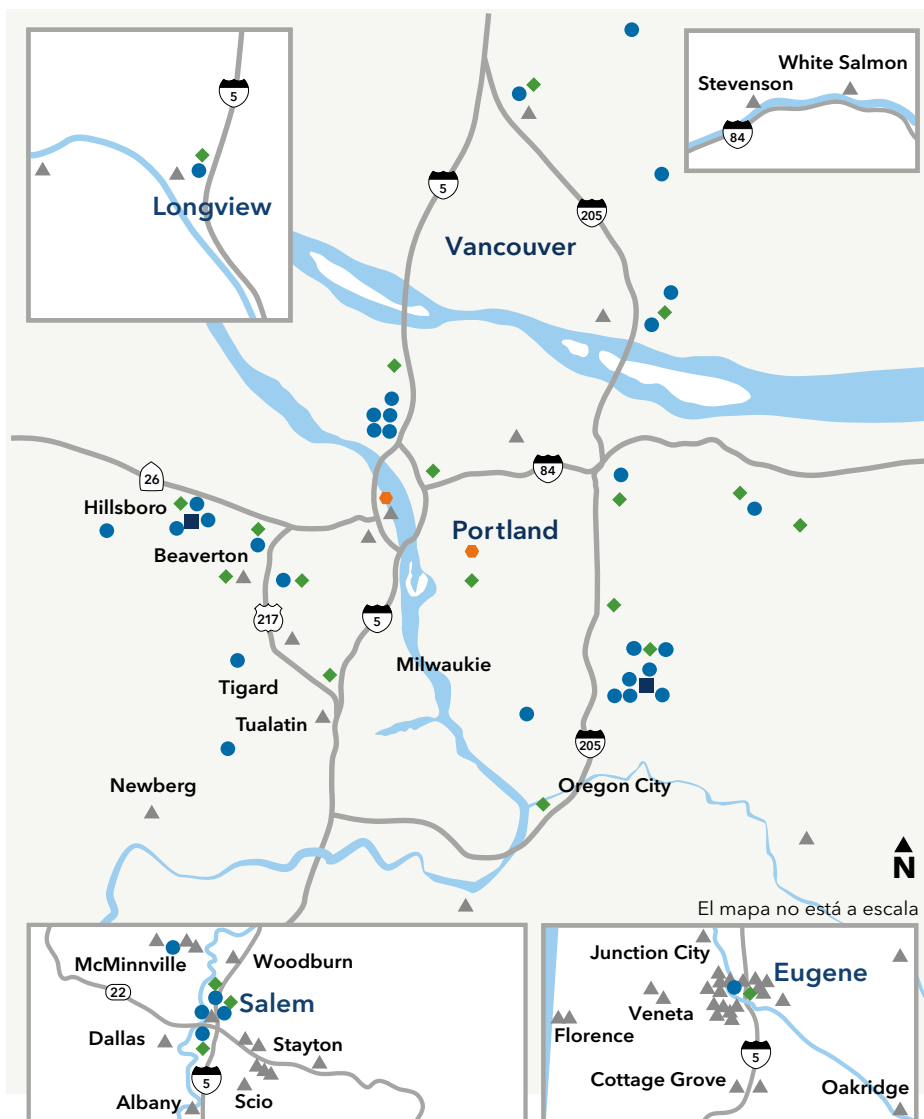
Para programar un examen, ordenar lentes de contacto o encontrar un centro cerca de usted, visite kp2020.org (en inglés) o llame al **1-800-813-2000** (TTY 711), opción 3.



* Para inscribirse en el plan de atención de la vista de Kaiser Permanente, debe estar inscrito en un plan médico de Kaiser Permanente.

Dónde obtener atención en Oregón y el Suroeste de Washington

Proporcionamos atención de calidad a más de 600,000 miembros en Oregón y el Suroeste de Washington. El área de servicio se extiende desde Eugene, Oregón, hasta Longview, Washington, e incluye consultorios médicos, consultorios dentales, tiendas ópticas Vision Essentials by Kaiser Permanente, clínicas de atención de urgencia, hospitales y clínicas de Care Essentials. También tenemos una red de proveedores afiliados que ofrecen atención de rutina, de urgencia o de emergencia.



- Hospital de Kaiser Permanente
- Consultorio médico de Kaiser Permanente
- ◆ Consultorio dental de Kaiser Permanente
- Care Essentials® by Kaiser Permanente
- ▲ Centro afiliado



Para obtener atención de manera más rápida y fácil, además de medicamentos recetados, intente programar una consulta por teléfono, por video o electrónica.* Obtenga más información en kp.org/telehealth/nw (en inglés).



Los datos de los centros de atención se actualizaron en enero de 2023.

Visite kp.org/locations (cambie el idioma a español) para consultar todos nuestros centros de atención actuales y encontrar el centro más cercano. O puede llamar a Servicio a los Miembros al **1-800-813-2000** (TTY 711).

* Cuando corresponda y esté disponible. Estos recursos están disponibles cuando recibe atención en los centros de Kaiser Permanente. Para los miembros de planes de salud con deducible alto, las consultas por teléfono y por video están sujetas al deducible anual del plan. Si viaja fuera del estado, es posible que las consultas por teléfono y por video no estén disponibles debido a leyes estatales que impiden que los médicos brinden atención en otros estados. Las leyes varían según el estado. Para hacer una consulta por video, los miembros deben estar registrados en kp.org/espanol y tener una computadora o un dispositivo móvil con cámara. Los costos compartidos aplicables se implementarán en los servicios o artículos solicitados durante una consulta electrónica.

Atención fuera de casa

Para usted que está viajando por el mundo

No importa a dónde le lleve la vida, usted cuenta con la cobertura de Kaiser Permanente. Obtenga más información sobre los beneficios de atención mientras viaja en kp.org/viajero.



Atención al alcance de la mano, en cualquier momento

Use su cuenta de kp.org/espanol o la aplicación de Kaiser Permanente para acceder a las siguientes opciones:

- Hable con un proveedor de atención certificado y reciba consejos médicos las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Obtenga atención por teléfono, video o consulta electrónica,¹ sin costo para la mayoría de los planes.²
- Envíe correos electrónicos al consultorio del médico para hacer preguntas de rutina sobre su salud.



Atención de emergencia y de urgencia a través de Cigna

Si se encuentra de viaje y necesita atención de urgencia o de emergencia, puede acudir a la red nacional de médicos y proveedores de Cigna. Estos servicios están disponibles al precio regular de su copago o costo compartido.



Atención de urgencia de MinuteClinic y Concentra

Puede visitar un centro de atención de urgencia de MinuteClinic (en determinadas tiendas CVS y Target) o de Concentra, con o sin cita. Pagará el copago o coseguro estándar, sin importar dónde esté.³



Atención de emergencia o de urgencia en cualquier parte del mundo

Brindamos cobertura de atención de emergencia en cualquier parte del mundo. También contamos con atención de urgencia si está fuera de nuestra área de servicio. Puede acudir al hospital o centro de atención de urgencia más cercano. Luego, presente un reclamo para solicitarnos el reembolso.⁴



Beneficios fuera del área para los dependientes

Además de la atención de emergencia y de urgencia, Kaiser Permanente proporciona cobertura específica para los hijos de miembros de OEGB menores de 26 años que viven fuera de nuestra área de servicio. Visite mybenefits.kp.org/oebb/enrollment (en inglés) para obtener más información.

Ayuda mientras está lejos de casa

¿Necesita ayuda o quiere saber si es recomendable contar con cobertura adicional? Estamos a su disposición para contestar cualquier pregunta que tenga.

Visite kp.org/viajero para saber cómo prepararse para cuidar su salud mientras viaja.

Línea de atención para viajeros

951-268-3900⁵

1. Cuando corresponda y esté disponible. Si viaja fuera del estado, es posible que las consultas por teléfono y por video no estén disponibles debido a leyes estatales que impiden que los médicos brinden atención en otros estados. Las leyes varían según el estado. 2. Si tiene un plan con deducible que admite una cuenta de ahorros para gastos médicos (*health savings account*, HSA), es posible que deba pagar los cargos totales de las consultas por teléfono y video hasta alcanzar el deducible. Una vez que alcance el deducible, las consultas que haga por teléfono y video no tendrán costo. 3. Se aplican algunas excepciones. Si es miembro de Medicare o se encuentra en un estado donde hay proveedores de Kaiser Permanente, se le solicitará el pago por adelantado de los servicios que reciban usted o su dependiente, y deberá presentar un reclamo de reembolso. 4. Si cree que tiene una condición médica de emergencia, llame al 911 o acuda al hospital más cercano. Consulte la definición completa del término "condición médica de emergencia" en su *Evidencia de Cobertura* u otros documentos relacionados con la cobertura. 5. Puede marcar este número dentro y fuera de los Estados Unidos. Si está fuera del país, antes del número de teléfono, marque "001" en los teléfonos fijos y "+1" en los celulares. Es posible que se apliquen cargos de larga distancia. No podemos aceptar llamadas por cobrar. La línea telefónica no está disponible durante los días festivos principales (Año Nuevo, Domingo de Pascua, Día de los Caídos, Día de la Independencia, Día del Trabajo, Día de Acción de Gracias y Navidad). Cierra más temprano el día anterior a un día festivo, a las 10 p. m., hora del Pacífico, y vuelve a abrir el día después del día festivo a las 4 a. m., hora del Pacífico.

Nondiscrimination Notice

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest (Kaiser Health Plan) complies with applicable federal and state civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation. Kaiser Health Plan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation. We also:

- Provide no cost aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
 - Qualified sign language interpreters
 - Written information in other formats, such as large print, audio, and accessible electronic formats
- Provide no cost language services to people whose primary language is not English, such as:
 - Qualified interpreters
 - Information written in other languages

If you need these services, call Member Services at **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

If you believe that Kaiser Health Plan has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, or sexual orientation, you can file a grievance with our Civil Rights Coordinator, by mail, phone, or fax. If you need help filing a grievance, our Civil Rights Coordinator is available to help you. You may contact our Civil Rights Coordinator at: Member Relations Department, Attention: Kaiser Civil Rights Coordinator, 500 NE Multnomah St. Ste 100, Portland, OR 97232-2099, Phone: **1-800-813-2000** (TTY: **711**), Fax: **1-855-347-7239**.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW, Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, Phone: 1-800-368-1019, TDD: 1-800-537-7697. Complaint forms are available at www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html.

For Washington Members

You can also file a complaint with the Washington State Office of the Insurance Commissioner, electronically through the Office of the Insurance Commissioner Complaint portal, available at <https://www.insurance.wa.gov/file-complaint-or-check-your-complaint-status>, or by phone at 1-800-562-6900, or 360-586-0241 (TDD). Complaint forms are available at <https://fortress.wa.gov/oic/onlineservices/cc/pub/complaintinformation.aspx>.

Help in Your Language

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

አማርኛ (Amharic) ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶች፣ በነጻ ሊያግዝዎት ተዘጋጅተዋል። ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

العربية (Arabic) ملحوظة: إذا كنت تتحدث العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

中文 (Chinese) 注意: 如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電**1-800-813-2000** (TTY: **711**)。

فارسی (Farsi) توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می باشد. با **1-800-813-2000** (TTY: **711**) تماس بگیرید.

Français (French) ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Deutsch (German) ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

日本語 (Japanese) 注意事項: 日本語を話される場合、無料の言語支援をご利用いただけます。**1-800-813-2000** (TTY: **711**) まで、お電話にてご連絡ください。

ខ្មែរ (Khmer) ប្រយ័ត្ន: បើសិនជាអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ, សេវាជំនួយផ្នែកភាសា ដោយមិនគិតលុយ គឺអាចមានសំរាប់អ្នក។ ចូរ ទូរស័ព្ទ **1-800-813-2000** (TTY: **711**)។

한국어 (Korean) 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-800-813-2000** (TTY: **711**) 번으로 전화해 주십시오.

ລາວ (Laotian) ໂປດລາວ: ຖ້າວ່າ ທ່ານເວົ້າພາສາ ລາວ, ການບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາ, ໂດຍບໍ່ເສັຽຄ່າ, ແມ່ນມີພ້ອມໃຫ້ທ່ານ. ໂທ **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Afaan Oromoo (Oromo) XIYYEEFFANNAA: Afaan dubbattu Oroomiffa, tajaajila gargaarsa afaanii, kanfaltiidhaan ala, ni argama. Bilbilaa **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi) ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। **1-800-813-2000** (TTY: **711**) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

Română (Romanian) ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, vă stau la dispoziție servicii de asistență lingvistică, gratuit. Sunați la **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Русский (Russian) ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Español (Spanish) ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Tagalog (Tagalog) PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

ไทย (Thai) เรียน: ถ้าคุณพูดภาษาไทย คุณสามารถใช้บริการช่วยเหลือทางภาษาได้ฟรี โทร **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Українська (Ukrainian) УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби мовної підтримки. Телефонуйте за номером **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Tiếng Việt (Vietnamese) CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **1-800-813-2000** (TTY: **711**).

Todos los planes son ofrecidos y están suscritos por
Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest

You can get this letter in another language, large print, or any way that's best for you. Please call 1-800-324-8010 from 8 a.m. to 6 p.m., Monday through Friday. For TTY, call 711 (for the hard of hearing/speech impaired).

您可以获取此封信件的其他语言版本、大号字体版本或者您所想要的任何版本。请于星期一至星期五上午 8 点至下午 6 点之间拨打电话：1-800-324-8010。电传打字机（TTY）请拨打 711（适用于听觉障碍或言语障碍者）。

Вы можете получить данное письмо на другом языке, в крупном шрифте или в любом другом формате, который наиболее удобен для Вас. Пожалуйста, звоните по тел. 1-800-324-8010 с 8:00 до 18:00 с понедельника по пятницу. Пользователи телетайпа (TTY), звоните по номеру 711 (для лиц с нарушениями слуха/речи).

Puede obtener esta carta en otro idioma, en letra grande o en cualquier otra forma que sea mejor para usted. Llámenos al 1-800-324-8010, de 8 a. m. a 6 p. m., de lunes a viernes. Para usar la línea TTY, llame al 711 (para las personas con problemas auditivos o del habla).

Quý vị có thể nhận được thư này bằng một ngôn ngữ khác, bản in lớn, hay bất cứ hình thức nào tốt nhất cho quý vị. Vui lòng gọi số 1-800-324-8010 từ 8:00 sáng đến 6:00 chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu. Đối với TTY, xin gọi số 711 (dành cho người khiếm thính/khiếm khuyết về phát âm).

आप इस पत्र को किसी अन्य भाषा में, बड़े प्रिंट में या जो भी आपके लिए सबसे अच्छा हो उस तरह से प्राप्त कर सकते हैं। सोमवार से शुक्रवार के बीच, सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक, कृपया 1-800-324-8010 पर कॉल करें। TTY के लिए, 711 पर कॉल करें (सुनने/बोलने में समस्या होने पर)।

Todos los planes son ofrecidos y están suscritos por
Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest

Hoja de anexo
Materiales de Kaiser Permanente para 2024

23 de febrero de 2024

¡Buenas noticias! Hemos agregado maneras nuevas y fáciles de obtener atención médica que incluyen consejos las 24 horas del día, los 7 días de la semana, consultas electrónicas y consultas virtuales en cualquier momento, por teléfono o video.

Dado que cada vez más personas usan estas nuevas opciones, hicimos algunos cambios para permitir que más miembros del personal trabajen en nuestros centros de atención médica primaria y atención de urgencia. Para obtener una lista de nuestros centros más actualizados, visite kp.org/locations (en inglés).

También hemos actualizado nuestros recursos de salud y bienestar. Para conocer la última información sobre bienestar, visite kp.org/autocuidado.

Gracias por elegir Kaiser Permanente.

Le ayudamos a encontrar la atención que necesita

Tener un buen plan de salud y acceso a una atención de calidad es importante para su tranquilidad. Con Kaiser Permanente, puede obtener ambos beneficios.

¿Necesita más información?

Hable hoy mismo con un especialista en inscripciones sobre la atención especializada, las opciones adicionales y mucho más. Llame al **1-800-514-0985** (TTY **711**), de lunes a viernes, de 7 a. m. a 6 p. m., hora del Pacífico.

Visite mybenefits.kp.org/oebb (en inglés) para obtener más información acerca de los beneficios de la Junta de Beneficios para Educadores de Oregón (Oregon Educators Benefits Board, OEGB) y ver cómo Kaiser Permanente ayuda a que los empleados de OEGB vivan bien.

Servicio a los Miembros

1-800-813-2000 (inglés)
1-800-324-8010 (servicios de interpretación)
711 (TTY)
De lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.

Recepción de Bienvenida para Nuevos Miembros

1-888-491-1124
De lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.

Servicios de Farmacia para Nuevos Miembros

1-888-572-7231
De lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.



Encuentre un centro de atención cercano: kp.org/locations (cambie el idioma a español).

Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest
500 NE Multnomah St., Suite 100
Portland, OR 97232

Para obtener más información sobre los beneficios, la disponibilidad y las restricciones de Kaiser Permanente, visite kp.org/disclosures (cambie el idioma a español).