



POSITIVE OUTLOOK

Información de salud y bienestar para miembros

verano 2019



i In this Issue

- ¿Qué es el coronavirus (COVID-19)?
- Hacer frente al COVID-19
- Encuesta de miembros
- Prevención de la violencia
- Exámenes oculares de retina por diabetes
- Telesalud
- Actividades de verano
- HEDIS
- ¡Piense en participar en un ensayo clínico!
- CAHPS 2020
- Puntos de prevención
- Un mensaje de su Plan de Salud

¿Qué es el coronavirus (COVID-19)?

El coronavirus (COVID-19) es una enfermedad respiratoria que ha afectado a más de 2 millones de personas en Estados Unidos. Hay un aumento de casos de COVID-19 en residencias de adultos mayores y en las comunidades negras/ afroamericanas e hispanas/latinas. En la actualidad, no hay una vacuna para prevenir la enfermedad.

¿Cómo se contagia COVID-19?

COVID-19 se propaga a través del contacto de una persona con otra. Esto ocurre cuando gotitas de la persona infectada caen en sus oídos, nariz o boca; como al toser o estornudar.

COVID-19 y VIH

Las personas mayores (60+ años) y/o que tienen condiciones médicas subyacentes corren mayor riesgo. Aquellas con diabetes, enfermedades cardíacas/pulmonares, hipertensión, etc. son más probables de tener más efectos debido a la enfermedad. Aquellas con números bajos de células CD4 y que no toman tratamientos de VIH también tienen una mayor probabilidad de tener síntomas más serios de COVID-19.

¿Cómo puede prevenir COVID-19?

- Use una cobertura/mascarilla de cara cuando esté en público
- Permanezca en su casa a menos que necesite artículos esenciales
- Coma saludablemente (menos comidas para llevar y comidas chatarra)
- Evite el contacto cercano en público (dentro de los 6 pies)
- Reduzca el estrés
- Evite tocarse los ojos, oídos o nariz
- Duerma por lo menos 8 horas
- Cubra su boca cuando tose/estornuda
- Lávese las manos con frecuencia con jabón por lo menos por 20 segundos
 - Use desinfectante con 60% de alcohol cuando agua y jabón no estén disponibles
 - Limpie y desinfecte áreas del hogar con desinfectantes de hogar

continued on page 2



P.O. Box 46160
Los Angeles, CA 90046
Visítenos 24/7 en nuestro sitio
web www.phc-ca.org
Lun a Vier, 8:00 am a 8:00 pm
(800) 263-0067 TTY: 711



continued from page 1

¿Cuáles son los síntomas de COVID-19?

- Tos
- Fiebre/escalofríos
- Náusea
- Estornudos
- Fatiga
- Dolores de cabeza
- Falta de aire
- Dificultad para respirar
- Dolores musculares/corporales
- Congestión/goteo nasal
- Pérdida del olfato y sabor

¿Dónde puede obtener una prueba gratis para COVID-19?

- Sitios de pruebas móviles/sin citas
- Ciertos hospitales y clínicas (llame antes de visitar)
- Visite el sitio web de su Departamento de Salud Pública o llame para lugares de pruebas cerca de usted
- CA: <https://covid19.lacounty.gov/testing/>

¿Qué hacer si tiene un resultado positivo, experimenta síntomas o estuvo expuesto a una persona con COVID-19?

- Llame a su PCP
- Permanezca en su casa y monitoree sus síntomas por lo menos por 14 días
- Tome su temperatura
- Tome medicamentos de venta libre para sus síntomas
- Quédese en una habitación o área en su hogar
 - Si vive con otros, use una mascarilla y evite el contacto
- Use otro baño o limpie el baño inmediatamente después de usar
- Limpie áreas que son muy tocadas (picaportes, teclados, armarios de cocina, luces y teléfonos)

¿Cuándo debe buscar atención médica?

- Mayor dificultad para respirar
- Dolor en el pecho constante
- Labios/cara azulados
- Dificultad para hablar
- Convulsiones
- Confusión nueva
- Mareos severos
- Dificultad para despertarse/permanecer despierto

Llame antes de visitar un centro médico

Hacer frente al COVID-19

Hacer frente al COVID-19 en general puede ser extenuante para su salud mental. Puede causar sentimientos de depresión, ansiedad y estrés. Durante este tiempo, es importante controlar su salud mental. Esto puede hacerse al:

- **Reconocer sus sentimientos.** Busque apoyo si se siente ansioso o deprimido. Los servicios de telesalud para terapeutas están disponibles para brindar apoyo durante la pandemia. Si solo desea hablar con alguien y permanecer anónimo, esta es una lista de líneas locales que no son de emergencia a las que puede llamar
- California: Centro contra crisis 1-800-833-2900 está disponible 24/7
- **Limitar su consumo de medios de comunicación.** Reduzca la cantidad de información negativa inquietante y solo permanezca informado con fuentes fiables como:
 - Sitio web de AHF
 - Centros de Control de Enfermedades (CDC)
 - Departamento de Salud Pública local
- **Seguir sus rutinas regulares.** Despertarse a una cierta hora, comer regularmente e irse a dormir a la misma hora cada noche.
- **Permanecer conectado con amigos.** Comuníquese por teléfono, texto o email.
- **Participar en actividades de verano.** Mientras los estados empiezan a abrir sus áreas públicas, usted puede encontrar información sobre qué está abierto en su área:
 - Condado Los Angeles (CA)
 - <https://covid19.lacounty.gov/recovery/>

Aunque la mayoría de los estados están haciendo aperturas graduales, verifique con el sitio web de su condado ya que algunos condados no están abriendo debido a un aumento de casos. Por favor continúe permaneciendo seguro al usar siempre una mascarilla en público y llevando consigo desinfectante. Mantenga una distancia segura en público en todo momento, y no participe en actividades grupales grandes, y más importantemente, quédese en su casa si no se siente bien.





Encuesta de miembros

¡Los escuchamos! Encuesta del boletín de noticias Positive Outlook

Sus comentarios ayudan a PHP/PHC a continuar mejorando servicios y brindando acceso a la atención médica que satisfacen las necesidades de nuestros miembros. Por favor, lea la encuesta incluida en este boletín. Apreciaremos si la completa y la devuelve por correo. Su voz y retroalimentación son muy valiosos para nosotros. Nos ayuda a planificar y desarrollar programas y servicios que ayudarán a miembros, como usted, a vivir vidas más saludables y, con esperanza, ¡más felices!



Prevención de la violencia

Hechos

- ✓ 1.4 millones de personas pierden su vida por la violencia en el mundo cada año.
- ✓ ¡Esto es más de 3,800 personas por día!
- ✓ La violencia no solo es física; síndromes de depresión, dolor crónico y trastornos mentales son algunos de los efectos a largo plazo de la violencia.
- ✓ La seguridad es un derecho humano; la violencia es prevenible y usted puede ayudar a prevenir la violencia.

4 cosas que usted puede hacer

1. Use consejos de sentido común para reducir su riesgo de ser una víctima de un crimen:

- ✓ Permanezca en áreas bien iluminadas y concurridas.
- ✓ Viaje con un amigo, si es posible.
- ✓ Camine con confianza y determinación.
- ✓ Evite lugares conocidos por ser problemáticos.

2. Conozca a sus vecinos y acuerden cuidarse uno al otro.

3. Siempre use la cortesía común porque ayuda a aliviar las tensiones que pueden resultar en violencia.

4. Encuentre maneras de resolver desacuerdos sin violencia:

- ✓ Afronte conflictos con una actitud positiva; tolere diferencias.
- ✓ Si puede, hablelo tranquilamente.
- ✓ Busque soluciones y compromisos pacíficos.
- ✓ Aléjese si el conflicto se torna violento.
- ✓ Si no puede solucionarlo, busque ayuda.

Usted también puede ver el boletín informativo en línea en:

PHC California: www.phc-ca.org/members/materials/newsletters



Exámenes oculares de retina por diabetes

La diabetes puede dañar sus ojos. Puede dañar los vasos sanguíneos pequeños en su retina o en la parte posterior de su ojo. Esta condición se llama retinopatía diabética. La diabetes también aumenta el riesgo de glaucoma y otros problemas visuales.

Usted puede no saber que sus ojos están dañados hasta que el problema es muy serio. Su doctor puede encontrar los problemas tempranamente si se hace exámenes regulares de la visión. Es muy importante. Las etapas tempranas de la retinopatía diabética pueden que no causen cambios en la visión y usted no tendrá síntomas. Únicamente un examen de la visión puede detectar el problema. Tome estos pasos para prevenir que la retinopatía empeore.

Usted necesita exámenes oculares de retina regulares

Aún si el doctor que cuida de su diabetes examina sus ojos, usted necesita un examen ocular de retina cada año realizado por un médico que atiende pacientes con diabetes. Un oculista tiene el equipo que puede chequear la parte posterior de su ojo mucho mejor que su doctor regular puede hacerlo.

Si tiene problemas de la visión debido a la diabetes, usted verá probablemente a su oculista con más frecuencia. Usted puede necesitar tratamiento especial para prevenir que sus problemas oculares empeoren.

Usted puede ver a dos tipos de oculistas diferentes:

- Un optometrista es un proveedor de atención médica entrenado para diagnosticar o tratar problemas con su visión. Muchos pueden realizar exámenes de detección de daño por la diabetes. Una vez que tiene una enfermedad ocular causada por la diabetes, necesitará ver a un oftalmólogo.
- Un oftalmólogo es un médico especialmente capacitado para diagnosticar y tratar problemas oculares.

Si usted es diabético y tienen preguntas sobre su examen ocular de retina, por favor contacte a su PCP o RNCM.



**Estamos ofreciendo actualmente \$20 a pacientes que completan un examen ocular retinal
Y \$50 a pacientes que completan una colonoscopia
No espere, ¡ programe su cita cuanto antes!**

Telesalud

Telesalud - Facetime

VISITAS DE TELESALUD EN FACETIME: INSTRUCCIONES

FaceTime

- ❑ Su proveedor lo contactará vía FaceTime por su dispositivo Apple a la hora de la cita programada.
- ❑ Haga clic en "Accept" (aceptar).
- o Su proveedor aparecerá en video aquí.
- o Usted aparecerá en video aquí.
- ❑ Cuando termina la cita, toque la pantalla.
- ❑ Haga clic en "End" (final).

Telesalud - Zoom

VISITAS DE TELESALUD EN VIDEO ZOOM: INSTRUCCIONES

IOS/IPHONE

- ❑ Visite la tienda "Apple Store" en su iPhone/dispositivo iOS y busque "ZOOM Cloud Meetings".
- ❑ Haga clic en "Get" (obtener) para bajar la aplicación ZOOM.
- ❑ Abra ZOOM en su dispositivo.
- ❑ Haga clic en "Join a meeting" (unirse a la reunión).
- ❑ Ingrese la "ID meeting" (identificación de reunión) enviada por su proveedor y su nombre bajo "Screen Name".
- ❑ Haga clic en "Join".

ANDROID

- ❑ Visite la tienda "Google Play Store" en su dispositivo Android y busque "ZOOM Cloud Meetings".
- ❑ Haga clic en "Install" para bajar la aplicación ZOOM.
- ❑ Abra ZOOM en su dispositivo.
- ❑ Haga clic en "Join a meeting" (unirse a la reunión).
- ❑ Ingrese la "ID meeting" (identificación de reunión) enviada por su proveedor y su nombre bajo "Screen Name".
- ❑ Haga clic en "Join meeting".

COMPUTADORA WINDOWS/MAC

- ❑ Escriba www.zoom.us en su navegador/barra de búsqueda.
- ❑ Haga clic en "join meeting".
- ❑ Ingrese la "ID meeting" (identificación de reunión) enviada por su proveedor.
- ❑ Haga clic en "Join".
- ❑ Cuando el cuadro de diálogo se abra, haga clic en "Open Zoom".
- ❑ Haga clic nuevamente en "Join a Meeting".
- ❑ Ingrese otra vez la "ID meeting" (identificación de reunión) enviada por su proveedor y su nombre.
- ❑ Haga clic en "Join".

Actividades de verano

¡Las actividades de verano no están canceladas! A pesar de estar experimentando una pandemia, es importante permanecer activo para reducir resultados de salud inciertos. Además, estas aumentarán su salud mental y física y lo ayudarán a disfrutar de la vida. Las actividades físicas prueban científicamente que mejoran el humor, detienen la depresión, aumentan la relajación y estimulan la energía. Estas son algunas actividades que puede hacer mientras mantiene su distancia social.

Exteriores

¡Salga a disfrutar del sol!

- **Caminatas en la naturaleza** pueden reducir sus niveles de estrés, presión sanguínea, colesterol y grasa corporal. Esta actividad ayuda a mejorar su humor, bienestar mental, densidad ósea y equilibrio en el peso.
 - **Andar en bicicleta y patinar** son actividades similares con los mismos beneficios
- **Yoga, Pilates y otros ejercicios** pueden hacerse en exteriores para respirar aire fresco o en la comodidad de su casa. Hay clases para principiantes en la internet, si necesita ayuda para saber dónde empezar.
- **Pescar** es un deporte tranquilo de todo el cuerpo que puede reducir sus niveles de estrés y brindar entusiasmo por el desafío. Usted puede invitar a un amigo a pescar en un muelle de pesca y participar en la actividad juntos mientras permanecen a una distancia segura.



- **Un picnic** es una linda manera de disfrutar de la compañía de otros siempre y cuando se usen mascarillas cuando se converse y todos los participantes permanezcan a 6 pies uno del otro

Mientras más ciudades están abriendo, es importante tomar las medidas de seguridad recomendadas para prevenir la propagación de COVID-19. Siempre priorice la seguridad cuando participa en actividades con otras personas.

Interiores

¡Permanezca activo mientras está en su casa!

- **Prepare una receta sencilla** con un amigo o ser querido en una llamada por Zoom. Usted puede crear desafíos diferentes para cocinar para tener una pizca de competición.
- **Tomar una clase virtual** con un profesional y participar en oportunidades de socialización sobre Zoom
 - Baile
 - Arte
 - Culinaria
- **Únase a un club virtual del libro/películas** o empiece su propio club del libro con amigos por una plataforma de medios sociales, Zoom, Skype o FaceTime
- **Plante un jardín de hierbas** para disfrutar comidas deliciosas caseras. Las hierbas son generalmente plantas fáciles de mantener con vida y vienen con materiales para plantar

Telesalud - Using Skype

VISITAS DE TELESALUD EN SKYPE: INSTRUCCIONES

IPHONE

- ❑ Visite la tienda "Apple Store" en su iPhone y busque "Skype for iPhone".
- ❑ Haga clic en "Get" para bajar la aplicación Skype.
- ❑ Abra Skype y haga clic en "Let's go".
- ❑ Haga clic en "Sign in or create" (ingresar o crear).
- ❑ Cree una cuenta al ingresar su información en la aplicación Skype.
- ❑ Su proveedor le enviará por email un vínculo para unirse a la cita por Skype.
- ❑ Haga clic en el vínculo a la hora de su cita.
- ❑ La aplicación Skype se abrirá en su iPhone.
- ❑ Haga clic en "Start call".

ANDROID

- ❑ Visite la tienda "Google Play Store" en su dispositivo Android y busque "Skype - free IM & video calls".
- ❑ Haga clic en "Install" para bajar la aplicación Skype.
- ❑ Abra la aplicación Skype and haga clic en "Let's go".
- ❑ Haga clic en "Sign in or create" (ingresar o crear).
- ❑ Cree una cuenta al ingresar su información en la aplicación Skype.
- ❑ Su proveedor le enviará por email un vínculo para unirse a la cita por Skype.
- ❑ Haga clic en el vínculo a la hora de su cita.
- ❑ La aplicación Skype se abrirá en su Android.
- ❑ Haga clic en "Start call".

COMPUTADORA WINDOWS/IMAC

- ❑ Escriba www.skype.com/en en su navegador/barra de búsqueda.
- ❑ Haga clic en "Sign in".
- ❑ Haga clic en "Sign up" (regístrate).
- ❑ Cree una cuenta al entrar su información en el sitio web.
- ❑ Su proveedor le enviará por email un vínculo para unirse a la cita por Skype.
- ❑ Haga clic en el vínculo a la hora de su cita.
- ❑ Cuando el cuadro de diálogo se abra, haga clic en "Open Skype".
- ❑ Haga clic en "Let's go".
- ❑ Haga clic en "Sign in" e ingrese su información.
- ❑ Haga clic en "Start call".
- ❑ Haga clic en "Start call" nuevamente.



HEDIS

¡Obtenga un puntaje alto para su salud!

Cada año casi todos los planes de salud recolectan datos para ver si sus miembros reciben la atención médica necesaria que requieren. Las pruebas de detección y la información pueden ayudar a su proveedor a diagnosticar una enfermedad o condición en forma temprana. Además, puede ayudarlo para que cualquier enfermedad o condición pueda ser más fácilmente tratada y, posiblemente, curada. Si usted no ha completado su prueba según el programa de abajo, ¡por favor hágalo hoy! Estas pruebas están cubiertas por su plan de salud. Nos preocupamos por usted y su salud, por lo que nos esforzamos por lograr un 100%.

La siguiente tabla también incluye las calificaciones de 2020 según datos de 2019 para la prueba y la información que su proveedor trata de recolectar y con qué frecuencia:

Prueba de detección	Nombre de la prueba de detección	Género y rango de edad de la prueba	Frecuencia	Participación de miembros
Prueba de cáncer de senos	Mamografía	Mujeres de 50 a 74 años de edad	Cada 2 años	48.4%
Abajo hay pruebas solo para miembros con un diagnóstico de diabetes				
Prueba HgA1c	Prueba de glucohemoglobina y glicohemoglobina	Todos los miembros de 18-75 años con diabetes	Cada año	97.2%
HgA1c menos de 8	Prueba de glucohemoglobina y glicohemoglobina	Todos los miembros de 18-75 años con diabetes	Cada año	75.7%
Prueba de nefropatía	Microalbuminuria o prueba de orina para proteínas	Todos los miembros de 18-75 años con diabetes	Cada año	98%
Examen ocular retinal	Examen de dilatación ocular	Todos los miembros de 18-75 años con diabetes	Cada año o año anterior si es negativo para retinopatía	52%

¡Piense en participar en un ensayo clínico!

Nuevos ensayos de medicamentos y estudios de tratamiento comienzan continuamente. Estos ayudan a crear un mejor tratamiento para todas las personas que viven con VIH/SIDA. Hay muchos tipos de ensayos clínicos. Uno podría ser perfecto para usted. Su doctor podría pedirle que participe en un ensayo. ¡Considérelo!

Para más información llame: California: (323) 913-1033



CAHPS 2020

¡Gracias a aquellos miembros que completaron la Encuesta de miembros CAHPS de 2020! La encuesta de Evaluación de Consumidores de los Proveedores y Sistemas de Atención Médica (CAHPS, por sus siglas en inglés) se envía a todos los miembros de nuestro plan cada año. Esta encuesta se envió en febrero de 2020 y marzo de 2020, con llamadas de seguimiento subsiguientes.

Esta encuesta pregunta al miembro sobre su experiencia con sus proveedores de atención médica (doctores, enfermeros, plan de salud y programa de farmacia). AHF recibe un resumen de los resultados de la encuesta CHAPS para el año de medición de 2020. Nos gustaría compartir los resultados con usted para mostrarle que escuchamos sus comentarios y trabajamos en áreas donde se necesita mejorar.

Resultados de la encuesta de 2020 (CAHPS)

Es así cómo nos evaluó como su plan de salud para 2020.

Resultados de CAHPS Medicaid de adultos CAHPS de 2020

Preguntas clave CAHPS	PHC CA Calificación CAHPS Medicaid
Obtiene la atención necesaria	Promedio
Obtiene la atención y las citas rápidamente	Promedio
Servicio al cliente	Por encima de la media
Qué tan bien se comunican los médicos	Por encima de la media
Coordinación de la atención	Por encima de la media

Según las respuestas de nuestros miembros, las oportunidades para mejorar son:

- Recibir atención rápidamente - obtener citas con especialistas cuando se necesiten.
- Recibir atención rápidamente – recibió citas de atención rutinaria/de salud cuando lo necesitó.
- Coordinación de la atención – Consultorio del doctor personal llamó para dar resultados

Los planes médicos de AHF necesitan su ayuda. AHF es un plan de necesidades especiales o SNP. Obtener altas calificaciones en esta encuesta ayudará a AHF a continuar y mejorar su trabajo para usted, nuestro miembro. Ayúdenos a ayudarlo completando esta encuesta para el año próximo. Recuerde, los números más altos de la encuesta significan que estamos haciendo un buen trabajo. Así que cuando le pidan que califique el plan médico, 10 significa lo mejor posible y 1 significa deficiente. Si usted da al médico una calificación alta, considere dar al plan una calificación alta, ya que organizamos que su médico lo atienda a usted.

Si le gustaría compartir otros comentarios, por favor contacte a Servicios para Miembros al: (800) 263-0067.

Puntos de prevención

En AIDS Healthcare Foundation, la atención preventiva siempre ha sido una parte esencial de nuestro plan de salud. Los servicios preventivos incluyen vacunas y pruebas para detectar posibles enfermedades y para ayudarlo a sentirse bien. La prevención se trata sobre permanecer saludable y prevenir o retrasar la enfermedad. **Algunas pruebas clave de prevención incluyen:**

- ✓ Prueba de presión arterial para todos los adultos
- ✓ Prueba del colesterol
- ✓ Prueba de detección de cáncer colorrectal para adultos de más de 50 años
- ✓ Prueba de diabetes Tipo 2 para adultos con hipertensión
- ✓ Mamografías cada uno a dos años para mujeres de más de 40 años
- ✓ Prueba de cáncer de cérvix para mujeres sexualmente activas
- ✓ Prueba de osteoporosis para mujeres de más de 60 años, según factores de riesgo
- ✓ Vacunas para niños del nacimiento a los 18 años
- ✓ Prueba de obesidad y asesoramiento para niños





Necesidades especiales

Nosotros sabemos que muchos de nuestros miembros tienen necesidades especiales que dificultan la comunicación con su equipo de atención de la salud o Plan de Salud. Informe a su doctor, enfermero a cargo de su atención u otro miembro de su equipo de atención médica si inglés no es el idioma que usted habla. Nosotros podemos llamar a un intérprete que hable su idioma. Si usted es sordo, tiene dificultades para oír o tiene otras necesidades especiales, podemos hacer arreglos para que un servicio nos ayude a comunicarnos con usted. Para su salud, es vital asegurarse de que usted y su doctor se entiendan. Estos servicios son gratuitos.



ATTENTION: This information is available for free in other languages. Please contact our customer service number at (800) 263-0067, 8:00 am -8:00 pm, seven days a week. (TTY: 711)

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-263-0067, 8:00 am -8:00 pm, los siete días de la semana. (TTY: 711)

Un mensaje de su Plan de Salud

Su información de contacto

PHC California se preocupa por usted y su salud. Necesitamos saber si se mudó o si obtuvo un nuevo número de teléfono. Por favor llame a Servicios para Miembros para actualizar su archivo cada vez que haga un cambio.

Servicios para Miembros Lunes a viernes de 8:00 am-8:00 pm
California: (800) 263-0067 TTY: 711

Programa de Manejo de la Terapia Medicinal (MTMP)

Como parte de PHP California, usted está inscrito en MTMP. Este programa ayuda a personas que toman muchos medicamentos por receta. El programa reduce la posibilidad de errores de medicación y de reacciones.

Su equipo de atención médica estará en contacto con usted y su doctor. Ellos explicarán las drogas que usted toma. Su doctor sabrá de asuntos de seguridad con sus medicamentos. También se tratará cualquier otro asunto de salud. El Enfermero Registrado a Cargo de su Atención lo contactará para hacer un plan de acción para sus medicamentos. Un plan de acción con el Enfermero a Cargo de su Atención lo ayudará con cualquier problema que usted tenga. El plan de acción le informará cuándo y cómo tomar sus medicamentos

Seguridad con los medicamentos

Ciertos medicamentos pueden ser riesgosos para las personas mayores. Usted puede encontrar una lista de los medicamentos de alto riesgo y opciones seguras para tratamiento en nuestra página web.

PHC CA: positivehealthcare.net/california/phc/providers/consumer-safety/

Línea Directa de Cumplimiento

Ayúdenos a estar pendientes del fraude y abuso contra Medicare. Por ejemplo, si su Explicación de Beneficios lista cargos incorrectos, llame a Servicios para Miembros. Llame a nuestra Línea Directa de Cumplimiento si usted sospecha fraude o abuso.

Línea Directa de Cumplimiento: (800) AIDS-HIV • (800) 243-7448

¡Queremos saber sus comentarios!

¡El Comité Asesor de Clientes es una excelente manera de darnos su opinión sobre su Plan de Salud! Damos la bienvenida a todos los miembros del plan de salud y a los clientes de AHF Healthcare Center. Usted puede compartir sus preguntas, inquietudes y comentarios con nuestros líderes del Plan de Salud. Usamos sus inquietudes para mejorar el Plan. ¡Participe en la próxima reunión para saber qué puede hacer su Plan de Salud por usted!

California - Los Angeles

6255 W. Sunset Blvd, Piso 21, Los Angeles, CA 90028

Para reservar su lugar, al **(323) 860-5257**

Se servirán refrigerios.

¿Preguntas?

Contacte a su Enfermero Registrado a Cargo de su Atención

Lunes-Viernes, 8:30am-5:30pm • **California:** (800) 474-1434

Línea de Consejos de Enfermería de urgencia después del horario de atención

Lunes-Viernes, 5:30 pm-8:30 am y 24 horas los fines de semana. Disponible 365 días al año.

California: (800) 797-1717

POSITIVE OUTLOOK

**ENCUESTA DE
MIEMBROS**

**¡Queremos saber!
Valoramos sus comentarios.**

**Por favor complete y
devuelva este formulario
con franquicia paga.**



P.O. Box 46160
Los Angeles, CA 90046

Visítenos 24/7 en nuestro sitio
web www.phc-ca.org

Lun a Vier, 8:00 am a 8:00 pm
(800) 263-0067 TTY: 711

GRACIAS POR BRINDAR SU INFORMACIÓN DE CONTACTO AQUÍ:

Su nombre _____

ID de miembro (IN) _____

Dirección/Ciudad/Código postal _____

1. ¿Cómo se siente acerca de la frecuencia con que PHP/PHC lo contacta por correo y por teléfono?

Por correo:

- ☐ Demasiado
- ☐ Adecuadamente
- ☐ ¡Deseo escuchar más de PHP/PHC!

By Phone:

- ☐ Demasiado
- ☐ Adecuadamente
- ☐ ¡Deseo escuchar más de PHP/PHC!

2. Además del correo postal regular de EE.UU., ¿cómo desearía que PHP/PHC lo contacte si es necesario? (Por favor marque todas las que apliquen).

- ☐ Llamada a este número de teléfono:

- ☐ Mensaje de texto a este número de teléfono celular:

- ☐ Mensaje a esta dirección de email:

- ☐ Otro: _____

**3. ¿Sobre qué temas le gustaría aprender más?
(Marque todas las que apliquen).**

☐ **Asuntos de salud y bienestar**

(como cáncer, alergias, nutrición, salud del corazón, VIH/SIDA, etc.)

☐ **Programas de PHP/PHC**

☐ **Beneficios y servicios de salud de PHP/PHC**

(como acceso a la atención y medicamentos, etc.)

☐ **Comités Asesores Comunitarios (CAC) y promotores de la salud**

☐ **Otro:** _____

**4. ¿Preferiría usted recibir el boletín de noticias
Positive Outlook para miembros
electrónicamente por email?**

☐ **¡Sí!** Mi email es:

☐ **No.** Lo prefiero impreso.

**5. ¿Está usted satisfecho con el servicio que
PHP/PHC provee?**

☐ **Estoy satisfecho.** *Si está satisfecho,
¿qué le gusta más?*

☐ **No estoy satisfecho.**

*Si usted no está satisfecho, por favor llame al
Departamento de Servicios para Miembros e
infórmenos cómo lo podemos servir
mejor. Estamos aquí para aquí para ayudarlo las
24 horas del día, 7 días a la semana.*

6. ¿Le brinda PHP/PHC lo que necesita para ayudarlo a estar lo más saludable posible?

☐ Si.

☐ No. Por no, ¿qué le gustaría que PHP/PHC ofreciera para ayudarlo a permanecer más saludable?

7. ¿Qué dispositivos usa?

(Por favor marque todas las que apliquen).

☐ Teléfono inteligente
(por ejemplo, iPhone o Galaxy)

☐ Teléfono celular

☐ Computadora portátil

☐ Tableta (por ejemplo, iPad)

☐ Impresora

☐ Computadora de escritorio

GRACIAS POR SU INTERÉS Y
COMENTARIOS.

¡REALMENTE LOS APRECIAMOS!

Por favor complete y devuelva este
formulario con franquicia paga.