KelseyCare Advantage

Guía de alfabetización en salud digital

Usando tus herramientas de salud online KelseyCare Advantage



ÍNDICE

Términos y definiciones 4

Glosario visual: dispositivos y sus partes 5

Conceptos básicos de informática 8

Conceptos básicos de internet 8

Consejos básicos para smartphones 9

Sitios web importantes 10

Seguridad de contraseñas 10

Cómo navegar KelseyCareAdvantage.com 11

Cómo navegar MyKelseyOnline 13

Cómo navegar por los beneficios de venta libre 18

Cómo navegar por la visión KCA 19

Cómo orientarse con el proveedor de beneficios dentales/dentales de uhc 19

Seminarios web 20

Información de redes sociales de kelseycare advantage 20

Cómo contactarnos 21

Mantente conectado e informado mediante suscripción por correo electrónico 21

TÉRMINOS Y DEFINICIONES

Esta sección incluye palabras y frases comunes relacionadas con la tecnología que puedes encontrar al usar ordenadores, smartphones o internet. Comprender estos términos puede ayudarte a sentirte más seguro mientras exploras tus herramientas digitales de salud y recursos en línea.

Apps – Abreviatura de "aplicación", una app es un software informático, o un pequeño programa, que puede descargarse e instalarse. Las aplicaciones se usan principalmente en teléfonos inteligentes y otros dispositivos portátiles.

Barra de direcciones – En la parte superior de la página, la barra de direcciones es donde puedes escribir la dirección de una página web o web.

Blog – Una revista o revista en línea de uno o más escritores (blogueros).

Correo electrónico – Abreviatura de "correo electrónico", una forma de enviar y recibir mensajes a través de internet.

Descargar o subir – Para transferir datos de un ordenador a otro.

Dominio – La dirección de un sitio web. Piénsalo como una dirección física. La mayoría terminan en .com para sitios web comerciales, .edu para sitios web de instituciones educativas, .gov para sitios patrocinados por gobiernos locales, estatales o federales, y .org para sitios web de organizaciones.

Enlace – Una cadena subrayada de palabras en una web que puede llevarte a una página completamente diferente. Un enlace suele parecer una serie de palabras subrayadas o una imagen con la que se puede hacer clic.

Icono – Una pequeña imagen o imagen que puede representar un comando informático.

Internet – También conocido como la "red mundial", el internet es una red electrónica que conecta ordenadores de todo el mundo. La parte "www" de las direcciones de internet proviene del www en la web.

Lista desplegable – Una lista de opciones entre las que puedes elegir. Haz clic en la lista o flecha para ver tu lista completa de opciones. Luego, mueve el cursor a la selección que quieras y haz clic para seleccionar.

Módem – Un dispositivo que conecta tu red doméstica a internet.

Motor de búsqueda – Una página web, como Google, Yahoo y Bing, utilizada para buscar en internet.

Navegador – Un navegador web es un programa que te permite encontrar, abrir y mostrar páginas web.

Ordenador de sobremesa – Un ordenador hecho para quedarse en un solo sitio, como en un escritorio. Normalmente tiene partes separadas como monitor, teclado, ratón y una caja principal del ordenador (llamada unidad del sistema).

Página principal – El primer sitio o página que aparece al activar Internet.

Portátil – Un ordenador portátil que se abre como un libro. Tiene pantalla, teclado y panel táctil integrados, y funciona con batería o cable de alimentación.

Proveedor de Servicios de Internet (ISP) – Empresas que proporcionan acceso a internet a domicilios y negocios por una tarifa.

Smartphone – Un teléfono móvil que se conecta a internet y tiene pantalla táctil. Puedes hacer llamadas, enviar mensajes, usar aplicaciones y navegar por páginas web.

Tableta – Un dispositivo plano de mano con pantalla táctil. Usas los dedos para tocar, deslizar o teclear. Las tabletas son buenas para navegar por internet, leer o ver vídeos.

URL – Cuando haces clic en un enlace o introduces una dirección web en tu navegador, se llama URL.

GLOSARIO VISUAL: DISPOSITIVOS Y SUS PARTES

Esta sección muestra imágenes de dispositivos comunes como ordenadores de sobremesa, portátiles, tabletas y smartphones. Verás las partes básicas de cada dispositivo y aprenderás qué hacen. Esto puede ayudarte a sentirte más seguro al usar tu propio dispositivo o hablar de tecnología con otros.

Ordenador de sobremesa

	Parte de ordenador	Definición
1	monitor	muestra información del ordenador
2	teclado	un lugar para escribir en un ordenador
3	ratón	mueve el cursor
4	botón de encendido	enciende un ordenador
5	unidad del sistema	el cerebro del ordenador
6	botón de encendido del monitor	enciende y apaga el monitor



Nota: Las imágenes en estas páginas muestran ejemplos comunes de ordenadores de sobremesa, portátiles, tabletas y smartphones. Tu dispositivo puede verse un poco diferente y algunas piezas pueden estar en un lugar distinto. Estas imágenes están pensadas para ayudarte a familiarizarte con las piezas básicas y cómo se usan habitualmente.

Ordenador portátil

	Parte de ordenador	Definición
1	pantalla	muestra información del ordenador
2	teclado	un lugar para escribir en un ordenador
3	touchpad	un lugar para mover el cursor
4	botón de encendido	enciende un ordenador
5	puerto de carga	un lugar para conectar el ordenador y cargar la batería



Nota: Las imágenes en estas páginas muestran ejemplos comunes de ordenadores de sobremesa, portátiles, tabletas y smartphones. Tu dispositivo puede verse un poco diferente y algunas piezas pueden estar en un lugar distinto. Estas imágenes están pensadas para ayudarte a familiarizarte con las piezas básicas y cómo se usan habitualmente.

Tableta o smartphone

	Parte de ordenador	Definición
1	pantalla táctil	un lugar para ver y hacer clic
2	teclado	un lugar para escribir en una tableta o smartphone
3	botón de inicio	va a la pantalla de inicio
4	botón de encendido	enciende una tableta o un smartphone
5	puerto de carga	un lugar para enchufar el cargador



Nota: Las imágenes en estas páginas muestran ejemplos comunes de ordenadores de sobremesa, portátiles, tabletas y smartphones. Tu dispositivo puede verse un poco diferente y algunas piezas pueden estar en un lugar distinto. Estas imágenes están pensadas para ayudarte a familiarizarte con las piezas básicas y cómo se usan habitualmente.

CONCEPTOS BÁSICOS DE INFORMÁTICA

Esta sección describe los tipos y equipos básicos de ordenadores. Aunque puede que no tengas cada uno de ellos, es útil saber qué son y cómo se usan.

Tipos de ordenadores

La mayoría de la gente utiliza uno de tres tipos de dispositivos para acceder a internet. A continuación se muestran características comunes de cada uno.

	Portátil	Escritorio	Teléfono/Tableta
Teclado de tamaño completo	✓	✓	✗
Pantalla de tamaño completo	✓	✓	✗
Portátil	✓	✗	✓
Alimentado por pilas	✓	✗	✓
Cámara	✓	✓	✓
Altavoces	✓	✓	✓

CONCEPTOS BÁSICOS DE INTERNET

Cómo navegar por Internet

Sigue estos sencillos pasos para empezar a usar internet

1. Abre tu navegador web (Google Chrome o Internet Explorer, por ejemplo).
2. Localiza tu barra de direcciones en la parte superior de la página.
3. Escribe la dirección web o la URL en la barra de direcciones.

Marcadores e historia

Si usas con frecuencia ciertos sitios web, puedes "guardar" el sitio para acceder fácilmente después. Consulta la página 10 para ver sitios web importantes de KelseyCare Advantage y guardar en tus favoritos.

KelseyCareAdvantage.com → *Members* (Miembros)→ *Member Forms* (formularios de miembros) te da acceso bajo demanda a los formularios descargables importantes. Consulta la página 12 para más información.

Ayuda en línea

La página de Recursos para Miembros de KelseyCare Advantage contiene un vídeo básico diseñado para ayudarte a dar los primeros pasos hacia la comprensión de internet. Para acceder a este vídeo básico, escribe esto en tu barra de direcciones: KelseyCareAdvantage.com luego selecciona *Members (*Miembros) → *Member Resources (*Recursos para Miembros) → *Member Videos* (Vídeos para Miembros) → *Getting Started with the Internet (*Empezando con Internet).

CONSEJOS BÁSICOS PARA SMARTPHONES

La comodidad de los smartphones actuales los convierte en un compañero ideal para buscar información rápidamente y mantener el contacto con otros. Haz que tu smartphone sea más seguro y funcione mejor para ti siguiendo estos sencillos consejos:

Nota: Cada smartphone es un poco diferente. Los pasos y ajustes pueden variar según la marca y el modelo de tu dispositivo. Para más ayuda, consulta el manual de usuario de tu teléfono o visita una tienda que venda tu teléfono; a menudo pueden ofrecerte ayuda gratuita o tutoriales.

Ampliar el teclado en pantalla

Para aumentar el tamaño del teclado o texto en pantalla, los usuarios de iPhone pueden:

1. Abre la app ***Settings*** (Configuración)
2. Elige ***Display & Brightness*** (Pantalla y Brillo)
3. ***Display Zoom*** (Zoom de pantalla) con toque
4. Elegir ***Larger Text*** (texto más grande)
5. Tap ***Done*** (hecho)

Bloquea tu teléfono

- Pon un PIN o contraseña en tu móvil.
- Si tu teléfono lo tiene, usa tu huella digital o tu rostro para desbloquearlo y así mayor seguridad.

Ten cuidado con las llamadas y los mensajes

- Si no sabes el número que te llama, deja que vaya al buzón de voz.
- No respondas a mensajes de texto o correos que pidan información personal.

Usa el Wi-Fi de forma segura

- Ten cuidado al usar Wi-Fi gratuito, especialmente para la banca.
- Cierra sesión en las páginas web cuando termines.

Mantén la información personal segura

- Evita crear archivos o notas en tu teléfono que estén claramente etiquetadas como "contraseñas." Aunque los teléfonos pueden guardar contraseñas automáticamente en aplicaciones seguras, es arriesgado guardarlas en texto plano. Si tu teléfono se pierde o te roba, alguien podría encontrar y hacer un mal uso de esa información fácilmente.

Facilita la búsqueda de información médica y de emergencia

- Tanto Apple como Google facilitan añadir información médica y de emergencia a tu teléfono, lo cual puede ser fundamental si los servicios de emergencia necesitan conocer tus datos médicos rápidamente.
- Para completar estos datos, inicia la app Salud y toca la foto de perfil de usuario en la parte superior derecha.
- Pulsa Identificación Médica y luego pulsa Empezar o Editar para añadir o actualizar tu información.
- Sigue estos pasos y tu teléfono estará más seguro, haciendo que tu experiencia digital sea sin preocupaciones.

SITIOS WEB IMPORTANTES

A continuación se presentan sitios importantes y comunes de KelseyCare Advantage.
Es importante guardar estos sitios en favoritos.

KelseyCare Advantage – KelseyCareAdvantage.com

Clínica Kelsey-Seybold – Kelsey-Seybold.com

MyKelseyOnline – MyKelseyOnline.com

Beneficios de venta libre (OTC) – KCAOTC.com

Búsqueda de proveedores de visión – KCA.YourVisionPlan.com

Búsqueda de proveedor dental – YourDentalPlan.com/DentistSearch23

Beneficios de prescripción (Parte D) – OptumRx.com

Beneficios de salud conductual – LiveAndWorkwell.com

Beneficios de fitness – YourOnePass.com

Centro de Nuevos Miembros – KelseyCareAdvantage.com → *Members* (Miembros) → *New Member Hub* (Centro de Nuevos Miembros)

SEGURIDAD DE CONTRASEÑAS

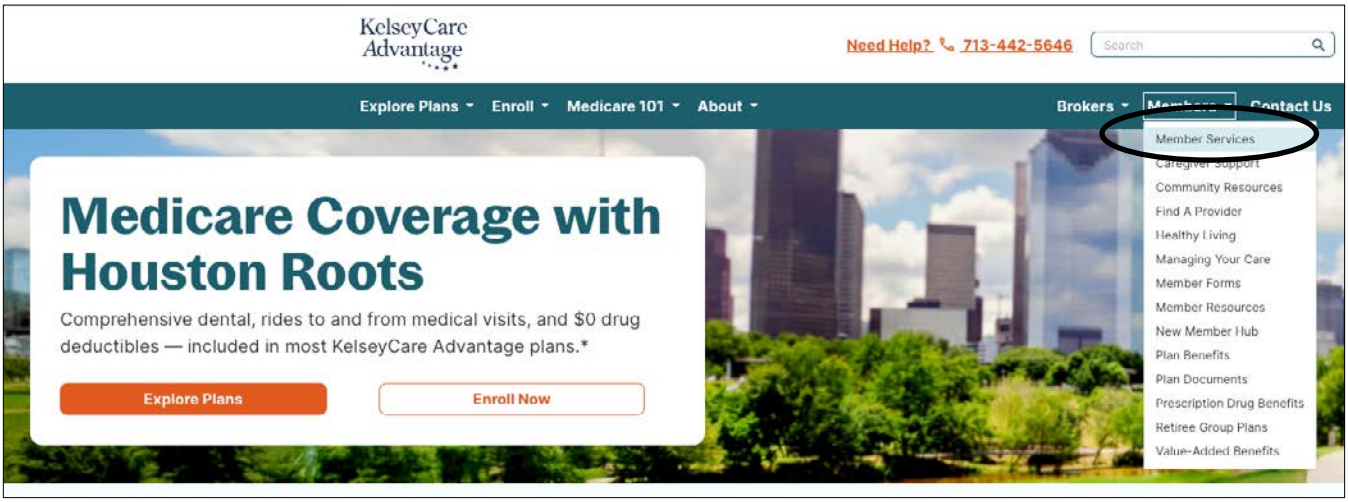
Necesitarás crear una contraseña para hacer prácticamente todo en la web, desde consultar tu correo electrónico hasta la banca online. Y aunque es más sencillo usar una contraseña corta y fácil de recordar, esto puede ser arriesgado para tu seguridad online.

Crear contraseñas fuertes: Cosas que se deben y no se deben hacer

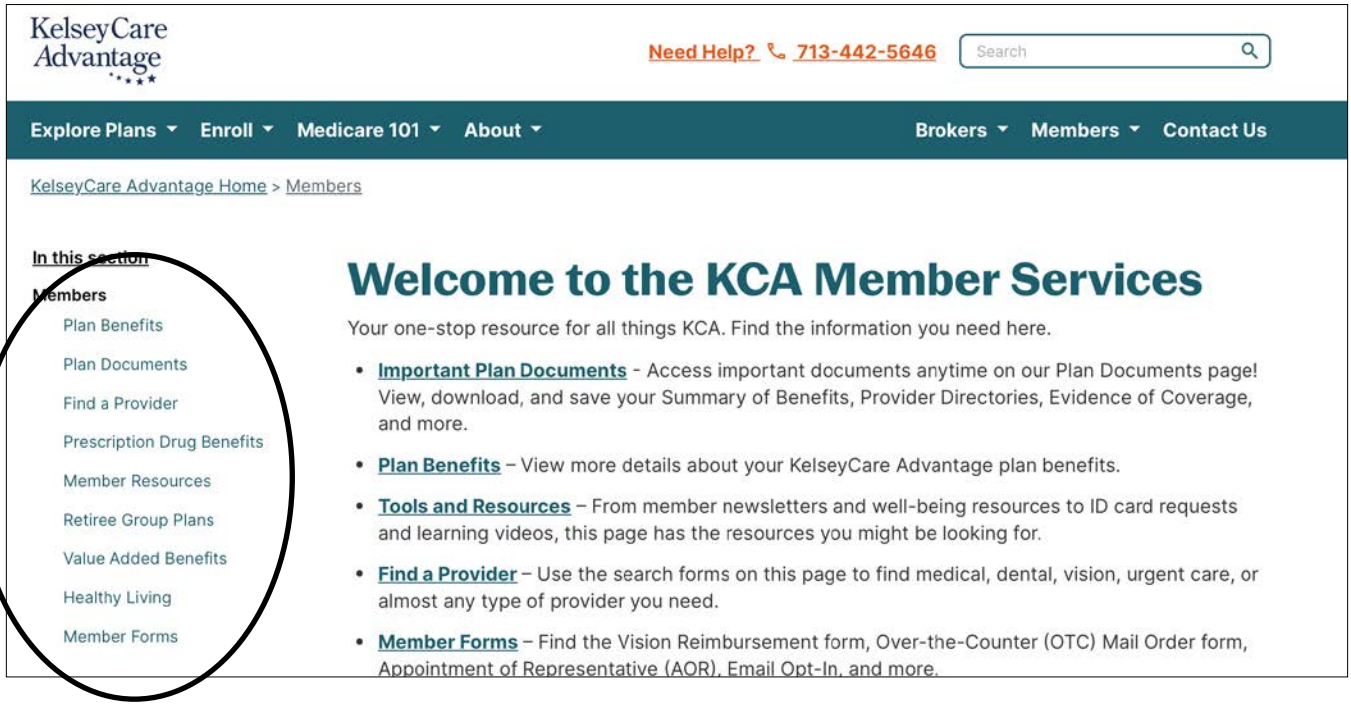
✓ **Qué hacer**	✘ **Qué no hacer**
✓ Ten una contraseña larga	✘ Hazlo difícil para ti recordarlo
✓ Utiliza números y símbolos	✘ Utilizar información personal
✓ Usa mayúsculas y minúsculas	✘ Comparte tu contraseña con cualquiera

CÓMO NAVEGAR KELSEYCAREADVANTAGE.COM

Ahora que has aprendido cómo acceder a varias páginas web en internet, puedes visitar la web de KelseyCare Advantage y descubrir dónde encontrar información importante sobre los planes. Para acceder a nuestra página web, simplemente escribe KelseyCareAdvantage.com en tu barra de direcciones y pulsa ***Enter***. Accede a enlaces para información útil seleccionando Servicios para ***Members*** (Miembros)→ ***Member Services*** (servicios para miembros).



Fíjate en la columna de la izquierda. Aquí puedes encontrar documentos de plan, encontrar un proveedor y otras herramientas para miembros.



Formas

En la sección de Socios de nuestro sitio también encontrarás una sección *llamada Formularios para Socios*. Aquí puedes acceder a los siguientes tipos de formularios e información:

- Determinación de la Cobertura de la Parte D
- Redeterminación de la cobertura de la Parte D
- Formulario de reembolso de la Parte D
- Nombramiento del Representante (AOR)
- Lanzamiento de HIPAA
- Suscripción por correo electrónico
- Formulario de Reembolso de Visión
- Cambia/Actualiza tu dirección
- Formulario de Pedido por Correo de Optum

Dónde encontrar tus descargas

Recuerda, cada vez que descargues archivos de internet, incluyendo KelseyCareAdvantage.com, puedes localizar esos archivos en tu carpeta de Descargas.

Recursos

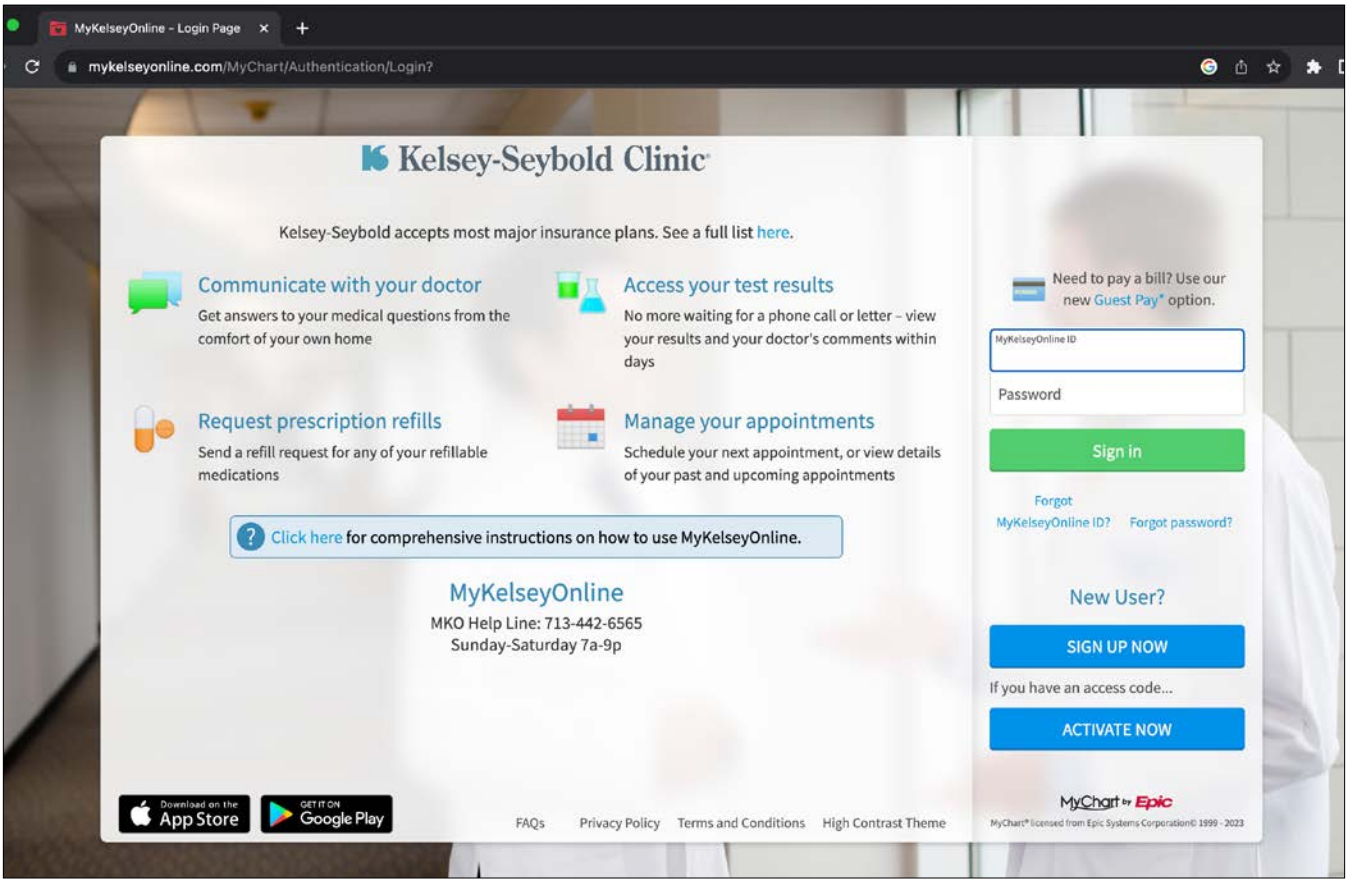
También bajo la sección de Miembros hay una sección llamada *Recursos para Miembros*. Aquí puedes:

- pide una nueva tarjeta de identificación de miembro
- consulta nuestro boletín trimestral
- ver vídeos de miembros
- explora folletos y folletos para miembros
- accede a recursos comunitarios y para cuidadores

CÓMO NAVEGAR MYKELSEYONLINE

MyKelseyOnline (MKO) es donde puedes concertar una cita con un profesional (presencial, online o por vídeo), ver los resultados de las pruebas, realizar pagos seguros en línea y renovar recetas.

Para acceder a MyKelseyOnline, escribe MyKelseyOnline.com en la barra de direcciones de tu navegador y luego inicia sesión con tu nombre de usuario y contraseña (si eres un visitante recurrente) o crea tu cuenta como usuario nuevo si es tu primera vez.



Descarga la app MyKelsey para acceder a MyKelseyOnline

¡La aplicación gratuita hace que acceder a tu cuenta MyKelseyOnline sea aún más rápido y sencillo

Descarga la app MyKelsey

1. Busca ***MyKelsey*** en la Apple App Store o en Google Play Store (Android).
2. Inicia sesión en la app usando tu ID de usuario y contraseña de MyKelseyOnline.
3. Utiliza la app para concertar cita, comunicarte con tu proveedor de Kelsey-Seybold y mucho más, en cualquier momento, estés donde estés.

Funciones básicas de MyKelseyOnline

MyKelseyOnline ofrece varias herramientas útiles para facilitar la gestión de tu atención. Aquí nos centraremos en tres tareas esenciales: programar citas, enviar mensajes a tu equipo de atención y hacer el seguimiento previo a las citas a través de Pre Check-In.

Cómo programar una cita

1. Desde la pantalla de inicio, haz clic *en* ***Schedule an Appointment*** (Programar una cita).
2. Elige el tipo de atención que necesitas (***On-Demand Virtual Care*** (Atención Virtual bajo demanda), ***Primary Care*** (Atención Primaria), or ***Specialty Care*** (Atención Especializada)).
   - Para ayuda para decidir qué tipo de atención es la adecuada para ti, consulta las páginas 17-18.
   - Cada tipo de atención ofrecerá opciones para elegir. Elige la que mejor se adapte a tus necesidades.
3. Completa la información requerida (motivo de tu visita, ubicación preferida, etc.).
4. Programa tu cita.
   - Una vez que hayas completado toda la información requerida, haz clic en ***Schedule It*** (Prográmalo).

¡Enhorabuena, tu cita está reservada! Recibirás un mensaje de texto y/o correo electrónico de seguimiento para confirmar tu cita.

Cómo enviar un mensaje

1. Ve a la sección de ***Messages*** (Mensajes).
2. Elige ***Send a message*** (Enviar un mensaje).
3. Elige ***Ask a medical question*** (Haz una pregunta médica).
4. Selecciona el tema que se ajuste a tu pregunta (***Schedule an appointment*** (Agenda una cita), ***Medication Concern*** (Preocupación sobre medicación), ***Billing/Insurance questions*** (Dudas sobre facturación/seguro), ***New medical problem or concern*** (Nuevo problema o preocupación médica), etc.).
5. Elige a tu proveedor.
   - Aparecerá una lista de tus proveedores sanitarios. Elige con qué oficina quieres contactar.
6. Escribe tu mensaje (con foto o documento adjunto, si es necesario).
7. Envía tu mensaje.

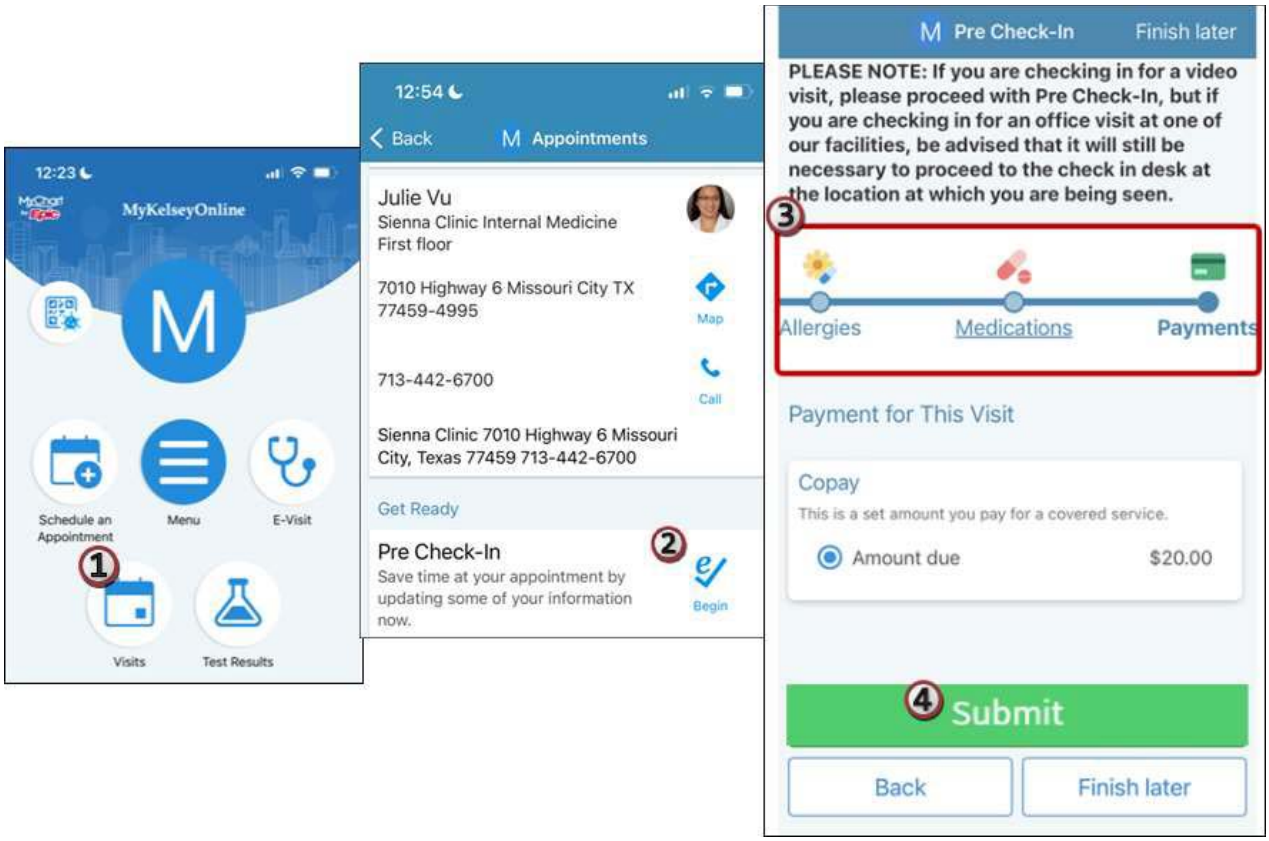
Nota: La oficina de tu proveedor hará todo lo posible por responder a tus mensajes en un plazo de 24 horas, excluyendo fines de semana y festivos. Si necesitas hablar antes con la consulta de tu médico, por favor llama directamente a la clínica. Los asuntos urgentes no deben resolverse a través de MyKelseyOnline.

Cómo hacer el check-in con antelación a tu cita utilizando el pre-check-in

El Pre-check-In te permite completar la información necesaria antes de la cita, ahorrando tiempo. Para las visitas por vídeo, completa el Pre Check-In para prepararte para tu sesión. Para las visitas a la oficina, el Pre Check-In acelera el proceso, pero puede que aún necesites pasar por el mostrador de check-in al llegar.

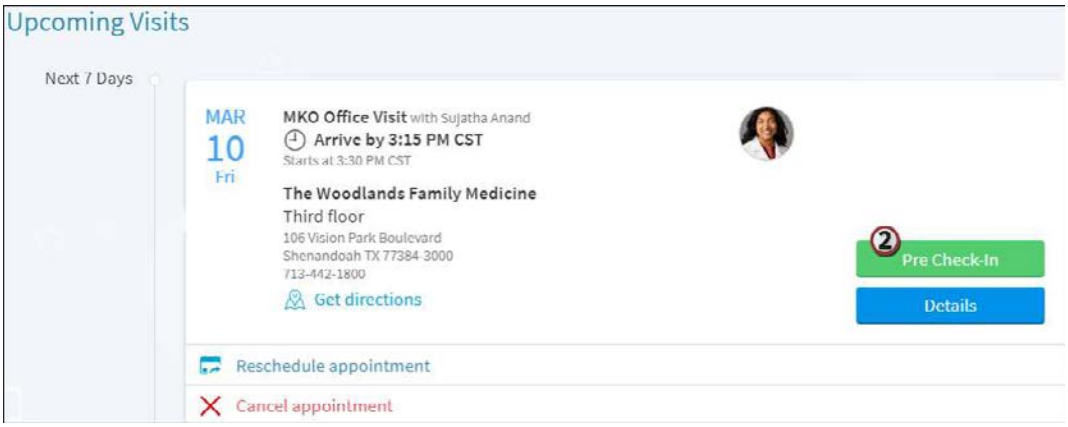
De la aplicación móvil MyKelseyOnline

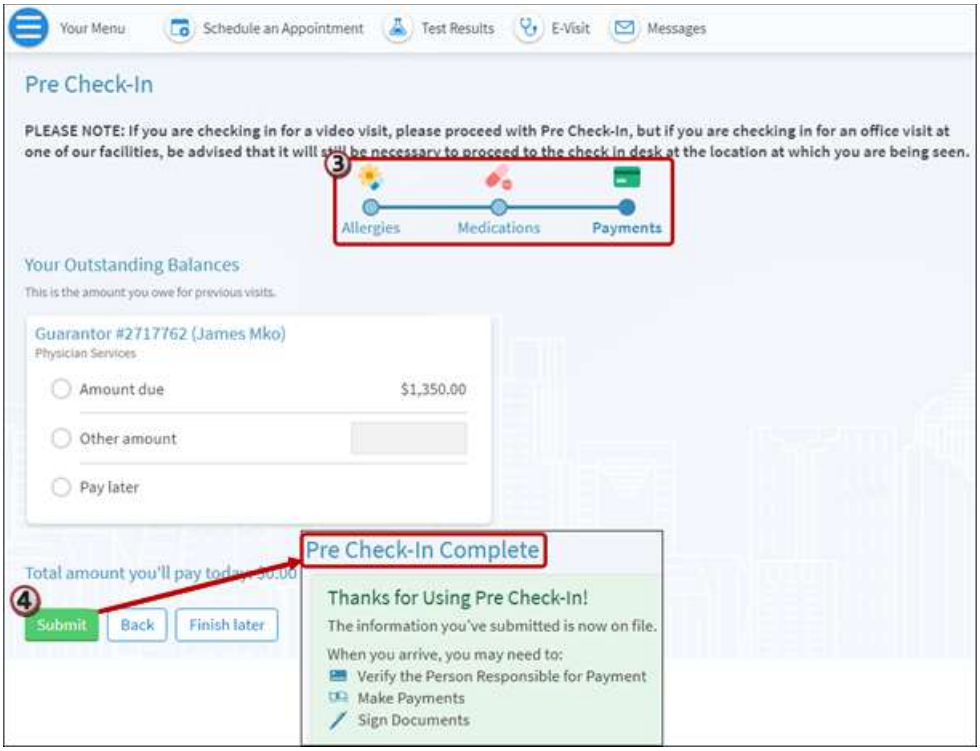
1. Haz clic *Visits* (Visita) y encuentra la cita programada.
2. Haz clic *Pre-check-in*.
3. Completa las secciones previas al check-in según corresponda:
   A. Pagos
   B. Alergias
   C. Medicamentos
4. Una vez completado con todas las secciones aplicables, pulse ***Submit*** (Enviar).
   - Cuando Pre-check-In tenga éxito, verás ***Thanks for Using Pre-Check In!*** (*gracias por usar Pre-Check In)*.



De la web MyKelseyOnline

1. En *Visits* (visitas) > *Appointments and Visit Summaries Visitas* (Citas y Resúmenes de Visitas), encuentra tu cita programada.
2. Haz clic en *Pre-check-in*.
3. Completa las secciones previas al check-in según corresponda:
   A. Pagos
   B. Alergias
   C. Medicamentos
4. Una vez completado con todas las secciones aplicables, haz clic en ***Submit*** (Enviar).
   - Cuando el Pre-Check-In tenga éxito, verás el *Pre Check-In Complete* (Pre Check-In Completo).





Los servicios de atención virtual de Kelsey-Seybold

Los servicios de atención virtual de Kelsey-Seybold están disponibles los 365 días del año, para que tú y tu familia podéis recibir una atención integral y compasiva desde donde estéis. Elige entre 3 tipos de opciones de atención virtual. Accede a la atención virtual a través de MyKelseyOnline o de la app MyKelsey.

1. Vídeo de atención virtual para adultos bajo demandaVisitNOW

Con VideoVisitNOW, recibes atención online de inmediato al ponerte en contacto con el siguiente proveedor disponible en Kelsey-Seybold para necesidades inmediatas de atención. ¡No hace falta cita previa!

Para programar tu VideoVisitNOW

1. Inicia sesión en MKO desde tu ordenador o la app del móvil.
2. Responde a unas cuantas preguntas sobre tus síntomas y selecciona ***Put me in line*** (Ponme en la línea). Luego añade cualquier otra información que quieras que tu proveedor sepa y selecciona ***Schedule*** (Programa).
3. Completa el ***Pre-Check in*** y luego selecciona ***Join Video Visit*** (Unirse a la visita de video) para esperar en el vestíbulo virtual a que comience tu visita.

VideoVisitNOW no debe usarse para emergencias de vida o integridad física, ni para condiciones críticas que requieran atención inmediata de emergencia. Si estás experimentando una emergencia, llama al 112 o acude a urgencias más cercana para recibir atención.

La mayoría de los tiempos de espera son de 20 minutos o menos.

2. Visitas por vídeo programadas

Si no necesita atención inmediata, pida cita para una visita por vídeo de atención primaria o especializada. ¡Reserva una cita con un proveedor específico de Kelsey-Seybold en la fecha y hora que te sea más conveniente!

Para programar tu videovisita con cita previa

1. Inicia sesión en MKO desde tu ordenador o la app del móvil.
2. Seleccione ***Schedule an Appointment*** (Concertar una cita).
3. Elige ***Primary*** (Médico Principal) o ***Specialist*** (Especialista).
4. Selecciona el motivo y el proveedor.
5. Elige la fecha y hora de tu cita.

3. E-Visitas

Haz un plan de tratamiento en una hora o menos. Las visitas electrónicas te permiten enviar mensajes a tu profesional sobre los síntomas que experimentas sin necesidad de una cita en tiempo real.

Para iniciar una E-Visita

1. Inicia sesión en MKO desde tu ordenador o la app del móvil.
2. Selecciona ***E-Visit***.
3. Selecciona la razón.
4. Entra en escena tus síntomas.
5. Completa los pasos previos al tratamiento.
6. Entrega tu copago.
7. Recibiría una respuesta en aproximadamente una hora.

Visita Kelsey-Seybold.com para el horario de apertura.

Línea de Ayuda Online MyKelsey

Si tienes dificultades para iniciar sesión en tu cuenta, llama a la Línea de Ayuda *Online de MyKelsey* al 713-442-6565, los siete días de la semana, de 7 a.m. a 9 p.m.

CÓMO NAVEGAR POR LOS BENEFICIOS DE VENTA LIBRE

Tu plan incluye una asignación de venta libre (OTC). Para comprobar tu saldo, consultar el catálogo OTC o pedir productos online, sigue estos pasos:

1. Ve a internet, escribe KCAOTC.com en tu barra de direcciones y pulsa ***Enter***.
2. O bien inicia sesión con tu nombre de usuario y contraseña (si eres un visitante recurrente) o crea tu cuenta como usuario nuevo si es tu primera vez.

No todos los beneficios están incluidos en todos los planes. Consulta tu Prueba de Cobertura (EOC) para ver una lista de beneficios cubiertos por tu plan.

CÓMO NAVEGAR POR LA VISIÓN KCA

Los planes KelseyCare Advantage incluyen beneficios visuales y cobertura para exámenes oculares rutinarios y diagnóstico y tratamiento de enfermedades y lesiones oculares, además de asignaciones para gafas y lentillas.

Para encontrar un proveedor de visión

1. Ve a KCA.YourVisionPlan.com, o
2. Llama a nuestro Centro de Acceso al Paciente 24/7 al 713-442-0000 para programar un examen ocular.

Para acceder a tu formulario de reembolso de la vista, visita KelseyCareAdvantage.com → ***Members*** (Miembros) → ***Member Forms*** (Formularios para miembros).

CÓMO ORIENTARSE CON EL PROVEEDOR DE BENEFICIOS DENTALES/DENTALES DE UHC

Todos los planes KelseyCare Advantage incluyen cobertura dental preventiva para ayudarte a sentirte mejor con tu salud dental y mantener la sonrisa.

Para encontrar un dentista de red en tu zona

1. Visita nuestro sitio asociado en YourDentalPlan.com/DentistSearch23, o
2. Llama al 1-866-535-8343.

Para saber más sobre tu cobertura dental y sus costes

1. Consulta tu Prueba de Cobertura en nuestra página web bajo ***Members*** (Miembros) → ***Plan Documents*** (Documentos del Seguro para Miembros) o
2. Contáctanos en el 713-442-CARE (2273)/Número gratuito: 1-866-535-8343 (TTY: 711).

¿Quieres más información sobre tus beneficios dentales o necesitas ayuda adicional para encontrar un proveedor dental?

Para obtener ayuda adicional para encontrar un dentista, llame al equipo de Servicios al Miembro al 713-442-CARE (2273). Del 1 de octubre al 31 de marzo, el horario es de 8 a.m. a 8 p.m., los siete días de la semana. Del 1 de abril al 30 de septiembre, el horario es de 8 a.m. a 8 p.m., de lunes a viernes. Los servicios de mensajería se utilizan los fines de semana, fuera del horario laboral y en festivos federales.

SEMINARIOS WEB

A lo largo del año, KelseyCare Advantage organiza seminarios web—seminarios online donde puedes obtener información útil sobre tu salud o plan. Estos seminarios web se realizan a través de programas de reuniones online que te permiten observar y escuchar desde la comodidad de tu hogar.

La mejor manera de obtener información sobre nuestros seminarios web es optar por recibir comunicaciones electrónicas en nuestra página de ***Member Forms*** (Formularios para Miembros). Las instrucciones para acceder a esta página se pueden encontrar en la página 11 de este libro.

INFORMACIÓN DE REDES SOCIALES DE KELSEYCARE ADVANTAGE

Mantente informado y conectado con KelseyCare Advantage siguiéndonos en las redes sociales. Encontrarás consejos útiles de salud, actualizaciones de planes y mucho más.

Facebook e Instagram

Puedes seguir a KelseyCare Advantage tanto en Facebook como en Instagram. Estas páginas comparten información sobre salud, consejos para cuidadores y noticias de los planes.

Empezar:

- Facebook e Instagram son dos sitios diferentes, pero los pasos para unirse son similares.
- Ve a Facebook.com o Instagram.com.
- Inicia sesión o crea una cuenta usando tu dirección de correo electrónico.
- Sigue los pasos para configurar tu perfil.
- En la barra de búsqueda, escribe KelseyCare Advantage.
- Busca nuestro logotipo y haz clic en ***Seguir***.
- Una vez que nos sigas, verás actualizaciones al iniciar sesión.

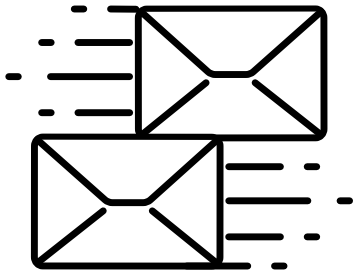
YouTube

También tenemos un canal de YouTube con vídeos sobre temas de salud e información sobre planes.

Para encontrarnos en YouTube:

- Ve a YouTube.com.
- En la barra de búsqueda, escribe Planes KelseyCare Advantage.
- Haz clic en la cuenta con nuestro logo.
- Mira nuestros vídeos en línea.

Si tienes una cuenta de YouTube, haz clic en ***Suscribirte*** para que sea más fácil encontrarnos de nuevo.



MANTENTE CONECTADO E INFORMADO MEDIANTE SUSCRIPCIÓN POR CORREO ELECTRÓNICO

CÓMO CONTACTARNOS

Servicios a los miembros
713-442-CARE (2273)

Atención fuera de horario
713-442-0000

Citas en la Clínica Kelsey-Seybold
713-442-0000

Ayuda online de MyKelseyOnline
713-442-6565

¿Sabías que puedes ahorrar tiempo y reducir el desperdicio de papel optando por recibir correos electrónicos y mensajes electrónicos de KelseyCare Advantage?

Al elegir la suscripción por correo electrónico, recibirás actualizaciones oportunas e información importante directamente en tu bandeja de entrada, incluyendo:

- Noticias importantes y actualizaciones de planes.
- Próximos eventos y recursos de salud.
- Formas de gestionar tu plan KelseyCare Advantage.

¿Listo para unirte a nosotros de una forma más eficiente y mantenerte conectado? Si es así, elige una de las siguientes formas de optar por los correos electrónicos:

- Visita nuestra página web: Ve a www.KelseyCareAdvantage.com y navega a *Members* (Miembros) → *Member Forms* (Formularios para miembros) → *Email Opt-In* (Suscripción por correo electrónico).
- Llama a nuestro equipo de Servicios al Miembro al 713-442-CARE (2273) (TTY 711).

¡Esperamos poder mantenerte informado!



¿Preguntas? Llama a Servicios al Miembro al 713-442-CARE (2273) (TTY: 711). Del 1 de octubre al 31 de marzo, el horario es de 8:00 a 20:00, los siete días de la semana. Del 1 de abril al 30 de septiembre, el horario es de 8 a 20 horas, de lunes a viernes. Los servicios de mensajería se utilizan los fines de semana, fuera del horario laboral y en festivos federales.

KelseyCare Advantage, un producto de KS Plan Administrators, LLC, es un plan HMO y POS Medicare Advantage con contrato de Medicare. La inscripción en KelseyCare Advantage depende de la renovación del contrato. © KelseyCare Advantage 2026. Todos los derechos reservados.

H0332_DHL26_ES_C