

KelseyCare  
Advantage  
★★★★

# Salud digital guía de alfabetización

Cómo usar las herramientas de salud en línea de  
KelseyCare Advantage





# TABLA DE CONTENIDOS

Palabras comunes que usamos . . . . .	4
Conceptos básicos de computación . . . . .	5
Conceptos básicos de internet . . . . .	5
Consejos básicos para teléfonos inteligentes . . . . .	6
Sitios web importantes . . . . .	7
Seguridad de las contraseñas . . . . .	7
Cómo navegar Kelseycareadvantage.com . . . . .	8
Cómo navegar por MyKelsey Online . . . . .	10
Cómo navegar por los beneficios de OTC . . . . .	15
Cómo navegar por KCA Vision . . . . .	15
Cómo navegar por el proveedor de beneficios dentales/ dentales de UHC. . . . .	16
Seminarios web . . . . .	16
Información de redes sociales de Kelsey-Seybold . . . . .	18
Cómo contactarnos . . . . .	19
Manténgase conectado e informado con la suscripción de correo electrónico . . . . .	19

Su plan KelseyCare Advantage le da acceso a muchas herramientas en línea para controlar su salud. Esta guía te ayudará a encontrar y usar esas herramientas con confianza.

## PALABRAS COMUNES QUE USAMOS

**Barra de direcciones:** en la parte superior de la página, la barra de direcciones es donde puede escribir la dirección de un sitio web o página web.

**Aplicaciones:** abreviatura de “aplicación”, una aplicación es un software informático, o un pequeño programa, que se puede descargar e instalar. Las aplicaciones se utilizan principalmente en teléfonos inteligentes y otros dispositivos portátiles.

**Navegador:** un navegador web es un programa que le permite encontrar, abrir y mostrar páginas web.

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

**Descargar o cargar:** para mover datos de una computadora a otra computadora.

**Lista desplegable:** una lista de opciones que puede seleccionar. Haga clic en la lista o flecha para ver la lista completa de opciones. A continuación, mueva el cursor a la selección deseada y haga clic para seleccionar.

**Correo electrónico:** abreviatura de “correo electrónico”, una forma de enviar y recibir mensajes a través de Internet.

**Página de inicio:** el primer sitio o página que aparece cuando se enciende Internet.

**Icono:** una pequeña imagen o cuadro que puede representar un comando de la computadora.

**Internet:** también conocida como la “red mundial”, Internet es una red electrónica que conecta computadoras de todo el mundo. La parte “www” de las direcciones de Internet proviene de www en la World Wide Web.

**Proveedor de servicios de Internet (ISP):** empresas que brindan acceso a Internet a hogares y empresas por una tarifa.

**Enlace:** una cadena de palabras subrayadas en un sitio web que puede llevarlo a una página web completamente diferente. Un enlace generalmente se verá como una serie de palabras subrayadas o una imagen en la que se puede hacer clic.

**Módem:** un dispositivo que conecta su red doméstica a Internet.

**Motor de búsqueda:** una página web, como Google, Yahoo y Bing, que se utiliza para buscar en Internet.

**URL:** cuando haces clic en un enlace o ingresas una dirección web en tu navegador, se denomina URL.

**Página web:** una sola página en Internet que contiene información.

**Sitio web:** un sitio web es como un libro que contiene una colección de páginas sobre el mismo tema. Sus páginas se denominan páginas web.

**Wi-Fi:** una forma de conectarse a Internet de forma inalámbrica.

**Enrutador inalámbrico:** un dispositivo que se usa en su hogar para conectar de forma inalámbrica varios dispositivos a la conexión a Internet de su hogar.

# CONCEPTOS BÁSICOS DE COMPUTACIÓN

En esta sección se describen los tipos y equipos básicos de computadoras. Aunque es posible que no posea cada uno de estos, es útil saber qué son y cómo se usan.

## Tipos de computadoras

La mayoría de las personas usan uno de los 3 dispositivos para acceder a Internet.

	Portátil	Escritorio	Teléfono/Tableta
Teclado de tamaño completo	✓	✓	✗
Pantalla de tamaño completo	✓	✓	✗
Portátil	✓	✗	✓
Estacionario	✗	✓	✗
Funciona con batería	✓	✗	✓
Cámara	✓	✓	✓
Altavoces	✓	✓	✓

# CONCEPTOS BÁSICOS DE INTERNET

## Cómo navegar por Internet

### Siga estos sencillos pasos para comenzar a usar Internet

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

## Marcadores e historial

Si utiliza con frecuencia ciertos sitios web, puede “marcar” el sitio web para acceder fácilmente más tarde. Consulte la página 7 para ver los sitios web importantes de KelseyCare Advantage para marcarlos como favoritos.

[KelseyCareAdvantage.com](http://KelseyCareAdvantage.com) → *Members (Miembros)* → *Member Forms (Formularios de miembros)* le brinda acceso bajo demanda a importantes formularios descargables. Consulte la página 9 para obtener más información.

## Ayuda en pantalla

La página de Recursos para miembros de KelseyCare Advantage contiene un video básico diseñado para ayudarlo a dar los primeros pasos hacia la comprensión de Internet. Para acceder a este video básico, escriba esto en su barra de direcciones: [KelseyCareAdvantage.com](http://KelseyCareAdvantage.com) luego seleccione *Members (Miembros)* → *Member Resources (Recursos para miembros)* → *Member Videos (Videos para miembros)*.

# CONSEJOS BÁSICOS PARA TELÉFONOS INTELIGENTES

La comodidad de los teléfonos inteligentes de hoy en día los convierte en un compañero ideal para buscar información rápidamente y mantenerse en contacto con otras personas. Haz que tu smartphone sea más seguro y funcione mejor para ti siguiendo estos sencillos consejos:

## Ampliar el teclado en pantalla

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

1. Abra la aplicación Configuración
2. Elija Pantalla y brillo
3. Toque Zoom de pantalla
4. Seleccione Texto más grande
5. Toca Listo

## Bloquea tu teléfono

- Pon un PIN o una contraseña en tu teléfono.
- Si puedes, usa tu huella dactilar o tu cara para desbloquearlo.

## Tenga cuidado con las llamadas y los mensajes de texto

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

## Usa Wi-Fi de forma segura

- Tenga cuidado al usar Wi-Fi gratuito, especialmente para la banca.
- Cierra la sesión de los sitios web cuando hayas terminado.

## Elija las aplicaciones sabiamente

- Solo obtenga aplicaciones de lugares confiables como Apple App Store o Google Play.
- Lea las reseñas y la información de privacidad antes de descargar.

## Mantenga segura la información personal

- No guardes cosas importantes como contraseñas en tu teléfono. Esto ayuda a proteger tu información si pierdes o te roban el teléfono.

## Facilite la búsqueda de información médica y de emergencia

- Tanto Apple como Android facilitan la adición de información médica y de emergencia a su teléfono, lo que puede ser crítico si los servicios de emergencia necesitan conocer sus detalles médicos con prisa.
- Para completar estos detalles, inicie la aplicación Salud y toque la foto de perfil del usuario en la parte superior derecha. Pulsa Ficha médica y, a continuación, pulsa Empezar o Editar para agregar o actualizar tu información.
- Siga estos pasos y su teléfono estará más seguro, haciendo que su experiencia digital esté libre de preocupaciones.

## SITIOS WEB IMPORTANTES

A continuación se muestran los sitios importantes y comunes de KelseyCare Advantage. Es importante marcar estos sitios como favoritos.

- Ventaja de KelseyCare – [KelseyCareAdvantage.com](https://www.KelseyCareAdvantage.com)
- Clínica Kelsey-Seybold – [Kelsey-Seybold.com](https://www.Kelsey-Seybold.com)
- MyKelsey en línea – [MyKelseyOnline.com](https://www.MyKelseyOnline.com)
- Beneficios de venta libre – [KCAOTC.com](https://www.KCAOTC.com)
- Búsqueda de proveedores de servicios de la vista – [KCA.YourVisionPlan.com](https://www.KCA.YourVisionPlan.com)
- Búsqueda de proveedores dentales – [YourDentalPlan.com/DentistSearch23](https://www.YourDentalPlan.com/DentistSearch23)
- Beneficios de medicamentos recetados (Parte D) – [OptumRx.com](https://www.OptumRx.com)
- Beneficios de la salud conductual – [LiveAndWorkWell.com](https://www.LiveAndWorkWell.com)
- Nuevo Centro de miembros – [KelseyCareAdvantage.com](https://www.KelseyCareAdvantage.com) → *Members (Miembros)* → *New Member Hub (Nuevo Centro de Miembros)*

Su privacidad es importante para nosotros. Para ver su Aviso de Prácticas de Privacidad, seleccione Privacidad y Descargos de responsabilidad en la parte inferior de [KelseyCareAdvantage.com](https://www.KelseyCareAdvantage.com).

## SEGURIDAD DE LAS CONTRASEÑAS

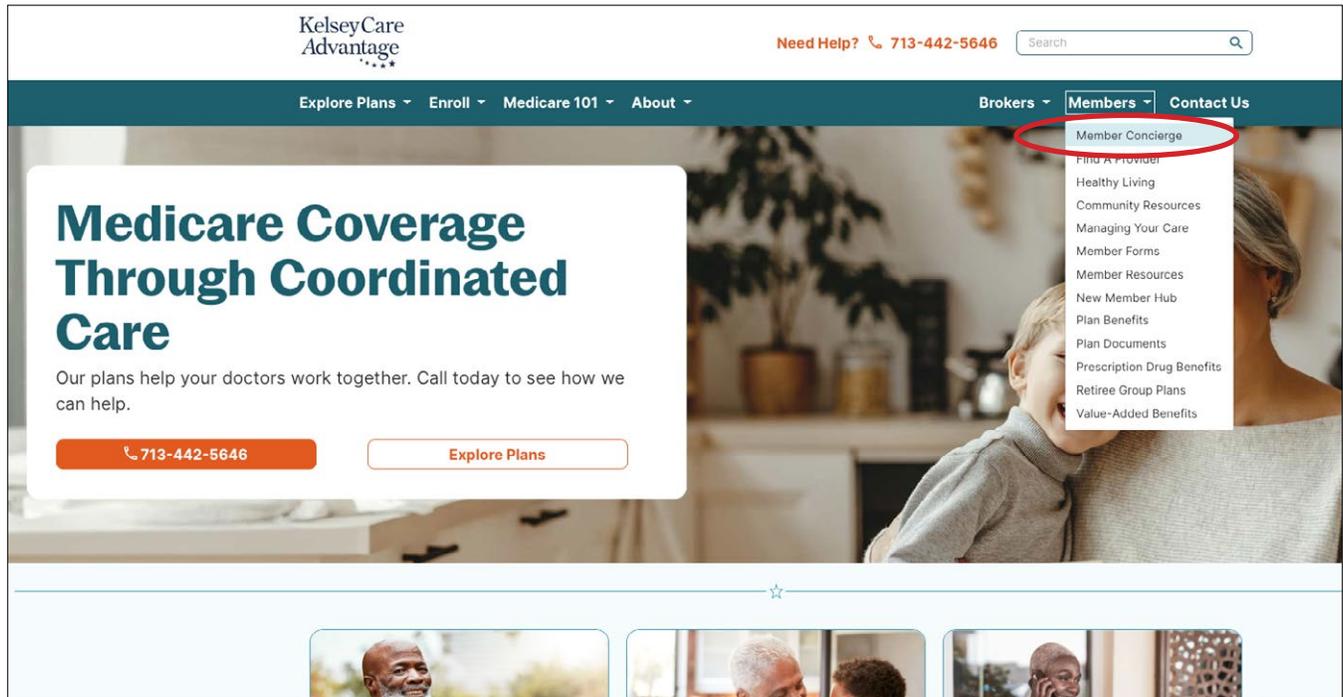
Deberá crear una contraseña para hacer casi todo en la Web, desde revisar su correo electrónico hasta la banca en línea. Y aunque es más sencillo usar una contraseña corta y fácil de recordar, esto puede ser riesgoso para su seguridad en línea.

### Crear contraseñas seguras: lo que se debe y lo que no se debe hacer

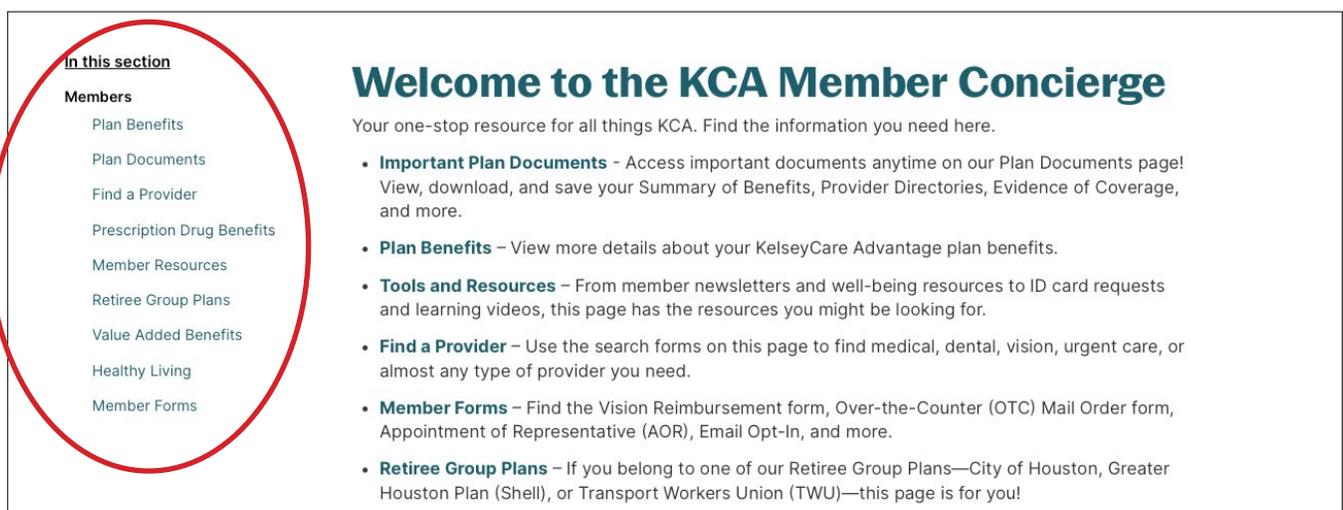
✓ Hacer	✗ No
✓ Tener una contraseña larga	✗ Haz que sea difícil para ti recordar
✓ Usar números y símbolos	✗ Usar información personal
✓ Usar mayúsculas y minúsculas	✗ Comparte tu contraseña con cualquier persona

# CÓMO NAVEGAR KELSEYCAREADVANTAGE.COM

Ahora que ha aprendido cómo acceder a varios sitios web en Internet, puede visitar el sitio web de KelseyCare Advantage y aprender dónde encontrar información importante sobre el plan. Para acceder a nuestro sitio web, simplemente escriba [KelseyCareAdvantage.com](https://www.kelseycareadvantage.com) en la barra de direcciones y presione Enter. Acceda a su información de miembro seleccionando **Members (Miembros)** → **Member Concierge (Conserje de miembros)**.



Fíjate en la columna de la izquierda. Aquí es donde puede *plan documents (encontrar documentos del plan)*, *find a provider (encontrar un proveedor)* y encontrar otras herramientas para miembros.



## Formas

En la sección de Miembros de nuestro sitio también encontrará una sección llamada Formularios de Miembros. Aquí puede acceder a los siguientes tipos de formularios e información:

- Determinación de cobertura de la Parte D
- Redeterminación de cobertura de la Parte D
- Formulario de reembolso de la Parte D
- Nombramiento de Representante (AOR)
- Lanzamiento de HIPAA
- Suscripción por correo electrónico
- Formulario de reembolso de la vista
- Cambiar/Actualizar su dirección
- Formulario de pedido por correo de Optum

### **Dónde encontrar tus descargas**

Recuerde que cada vez que descargue archivos de Internet, incluidos [KelseyCareAdvantage.com](https://www.kelseyadvantage.com), puede ubicar esos archivos en la carpeta Descargas.

## Recursos

También en la sección Miembros hay una sección llamada Recursos para miembros. Aquí puedes

- solicitar una nueva tarjeta de identificación de miembro
- ver nuestro nuevo boletín trimestral
- ver videos de miembros
- explore los folletos y folletos para miembros
- acceder a recursos comunitarios y para cuidadores

# CÓMO NAVEGAR POR MYKELSEY ONLINE

MyKelsey Online (MKO) es donde puede programar una cita con un proveedor (en persona, en línea o por video), ver los resultados de las pruebas, realizar pagos seguros en línea y volver a surtir recetas.

Para acceder a MyKelsey Online, escriba [MyKelseyOnline.com](https://MyKelseyOnline.com) en la barra de direcciones de su navegador, luego inicie sesión con su nombre de usuario y contraseña (si es un visitante recurrente) o configure su cuenta como un nuevo usuario si es la primera vez.

Kelsey-Seybold accepts most major insurance plans. See a full list [here](#).

**Communicate with your doctor**  
Get answers to your medical questions from the comfort of your own home

**Access your test results**  
No more waiting for a phone call or letter – view your results and your doctor's comments within days

**Request prescription refills**  
Send a refill request for any of your refillable medications

**Manage your appointments**  
Schedule your next appointment, or view details of your past and upcoming appointments

[Click here for comprehensive instructions on how to use MyKelseyOnline.](#)

**Security Update:** Two-step verification via text msg or email (less secure) is now **required** for MyKelseyOnline/KCA MyChart patient portal log-in access. This additional verification upon login protects your health care information. Verify or update your contact details in the personal information section. [Learn More](#)

**MyKelseyOnline**  
MKO Help Line: 713-442-6565  
Monday-Friday 7am-9pm  
Saturday-Sunday 7am-6pm

Download on the **App Store** | GET IT ON **Google Play**

FAQs | Privacy Policy | Terms and Conditions | High Contrast Theme

Need to pay a bill? Use our new **Guest Pay\*** option.

MyKelseyOnline Username  
Password

**Log in**

[Forgot username?](#) | [Forgot password?](#)

Log in with passkey | **ACTIVATE NOW**

MyChart + Epic  
MyChart® licensed from Epic Systems Corporation© 1999 - 2025

## Obtenga la aplicación MyKelsey para acceder desde dispositivos móviles a MyKelsey en línea

¡La aplicación gratuita hace que acceder a su cuenta MyKelsey Online sea aún más rápido y fácil!

### Descargar la aplicación MyKelsey

1. Busque MyKelsey en Apple App Store o Google Play Store (Android).
2. Inicie sesión en la aplicación con su ID de usuario y contraseña de MyKelsey Online.
3. Use la aplicación para programar citas, comunicarse con su médico de Kelsey-Seybold y más, en cualquier momento, sin importar dónde se encuentre.

## Funciones básicas de MyKelsey Online

MyKelseyOnline ofrece varias herramientas útiles para facilitar la administración de su atención. Aquí, nos centraremos en tres tareas esenciales: programar citas, enviar mensajes a su equipo de atención y registrar las citas con anticipación a través de Pre Check-In.

### Cómo programar una cita

1. En la pantalla de inicio, haga clic en Programar una cita.
2. Elija el tipo de atención que necesita (atención virtual a pedido, atención primaria o atención especializada)
  - Para obtener ayuda para decidir qué tipo de atención es la adecuada para usted, consulte la página 14.
  - Cada tipo de atención ofrecerá opciones para elegir. Selecciona el que mejor se adapte a tus necesidades.
3. Complete la información requerida (Motivo de su visita, ubicación preferida, etc.)
4. Programe su cita
  - Una vez que hayas completado toda la información requerida, haz clic en Programarlo.

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

### Cómo enviar un mensaje

1. Vaya a la sección Mensajes
2. Elija Enviar un mensaje
3. Elija Hacer una pregunta médica
4. Seleccione el tema que coincida con su pregunta (Programar una cita, Inquietud sobre medicamentos, Preguntas sobre facturación/seguro, Nuevo problema o inquietud médica, etc.).
5. Elija su proveedor
  - Aparecerá una lista de sus proveedores de atención médica. Seleccione la oficina con la que desea comunicarse.
6. Escriba su mensaje (con foto o documento adjunto, si es necesario)
7. Envía tu mensaje

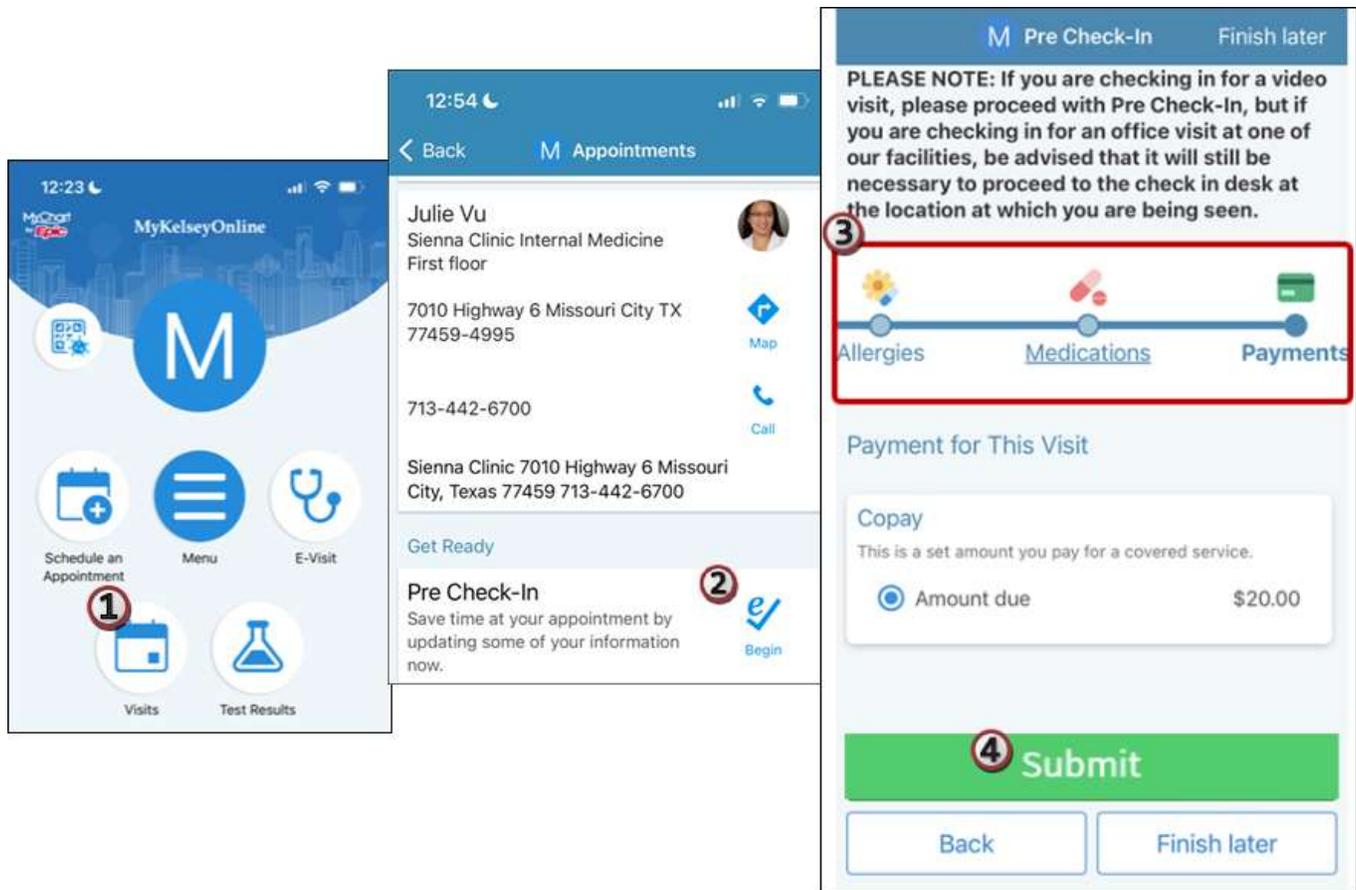
*NOTA: El consultorio de su médico hará todo lo posible para responder a sus mensajes dentro de las 24 horas, excluyendo fines de semana y días festivos. Si necesita hablar con el consultorio de su médico antes, llame directamente al consultorio. Los asuntos urgentes no deben tratarse a través de MyKelseyOnline.*

## Cómo registrarse en su cita con anticipación usando Pre Check-In

El pre check-in le permite completar la información necesaria antes de su cita, ahorrando tiempo. Para las visitas por video, complete el Pre Check-In para prepararse para su sesión. Para las visitas en la oficina, el pre check-in acelera el proceso, pero es posible que aún deba detenerse en el mostrador de check-in a su llegada.

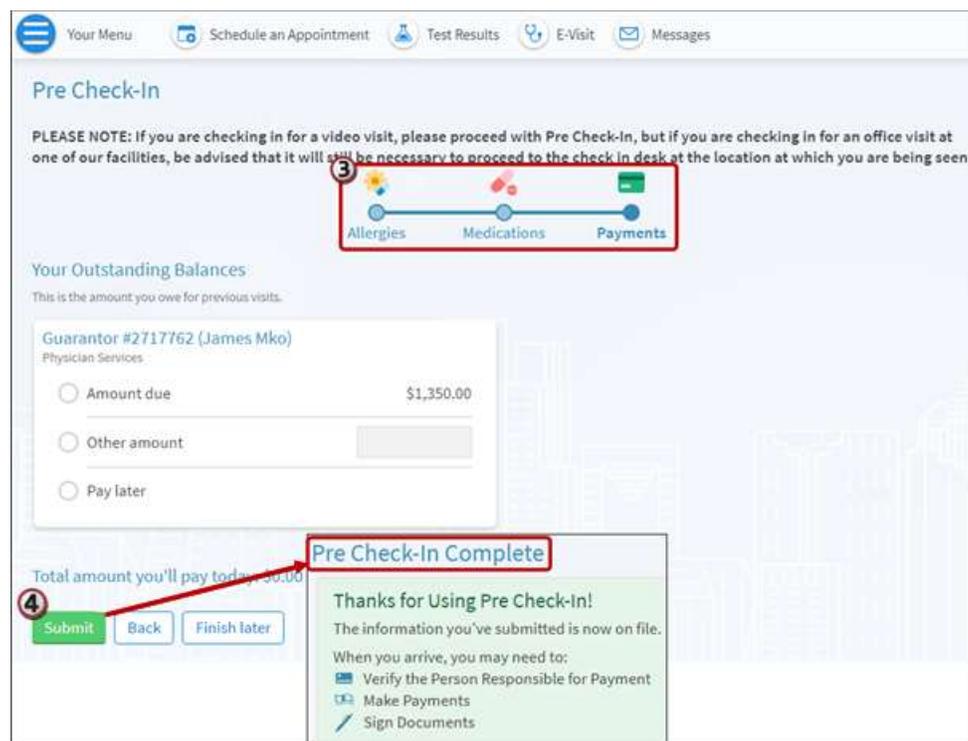
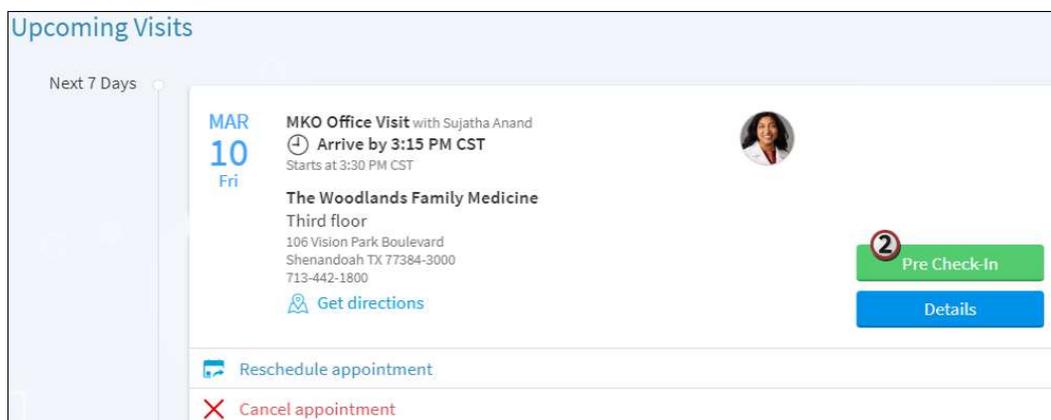
Desde la aplicación móvil en línea MyKelsey

1. Pulsa  **Visits (Visitas)** y busca tu cita programada.
2. Toca  **Pre Check-In**.
3. Complete las secciones de Pre Check-In según corresponda:
  - A. Pagos
  - B. Alergias
  - C. Medicamentos
4. Una vez completado con todas las secciones aplicables, toque **Submit (Enviar)**.
  - Cuando el Pre Check-In sea exitoso, verá ¡Gracias por usar el Pre-Check-In!



Desde el sitio web de MyKelseyOnline

1. Desde  **Visits (Visitas) > Appointments and Visit Summaries (Citas y Resúmenes de Visitas)**, encuentre su cita programada.
2. Haga clic en **Pre check-in**.
3. Complete las secciones de Pre Check-In según corresponda:
  - A. Pagos
  - B. Alergias
  - C. Medicamentos
4. Una vez completado con todas las secciones aplicables, haga clic en **Submit (Enviar)**.
  - Cuando el pre check-in sea exitoso, verá "Pre Check-In Complete"(Pre Check-in completo).



## Atención virtual de Kelsey-Seybold

Los servicios de atención virtual de Kelsey-Seybold están disponibles los 365 días del año, para que usted y su familia puedan recibir atención integral y compasiva desde cualquier lugar. Elija entre 3 tipos de opciones de atención virtual. Acceda a la atención virtual a través de MyKelseyOnline o la aplicación MyKelsey.

### 1. Vídeo de atención virtual para adultos a la VideoVisitNOW

Con VideoVisitNOW, recibe atención en línea de inmediato al conectarse con el próximo proveedor disponible de Kelsey-Seybold para necesidades de atención inmediatas. ¡No se necesita cita previa!

#### Para programar su VideoVisitNOW

1. Inicie sesión en MKO en su computadora o aplicación de teléfono
2. Responda algunas preguntas sobre sus síntomas y seleccione *Put me in line (Ponerme en línea)*. Luego agregue cualquier otra información que desee que su proveedor conozca y seleccione *Schedule (Programar)*.
3. Complete el registro previo y luego seleccione *Join Video Visit (Unirse a la visita de video)* para esperar en el lobby virtual a que comience su visita.

VideoVisitNOW no debe usarse para emergencias de vida o extremidades, o condiciones críticas que requieran atención de emergencia inmediata. En caso de cualquier emergencia que ponga en peligro la vida, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana para recibir atención.

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

### 2. Visitas programadas por video

Si no necesita atención inmediata, programe una cita de visita por video de atención primaria o especializada. ¡Reserve una cita con un proveedor específico de Kelsey-Seybold en la fecha y hora que más le convenga!

Para programar su visita por video con cita previa

1. Inicie sesión en MKO en su computadora o aplicación de teléfono
2. Seleccione *Schedule an Appointment (Programar una cita)*
3. Seleccione *Primary (Primario)* o *Specialist (Especialista)*
4. Seleccione el motivo y el proveedor
5. Elija la fecha y hora de su cita

### 3. Visitas electrónicas

Obtenga un plan de tratamiento en una hora o menos. Las consultas electrónicas le permiten enviar mensajes a su médico sobre los síntomas que está experimentando sin tener una cita en tiempo real.

#### Para iniciar una visita electrónica

1. Inicie sesión en MKO en su computadora o aplicación de teléfono
2. Seleccione *E-visit (Visita electrónica)*
3. Seleccione el motivo
4. Ingresa tus síntomas
5. Complete los pasos previos al tratamiento 6. Envía tu copago
7. Obtén una respuesta en aproximadamente una hora

Visite [Kelsey-Seybold.com](http://Kelsey-Seybold.com) para conocer el horario de atención.

### Línea de ayuda de MyKelseyOnline

Si tiene alguna dificultad para iniciar sesión en su cuenta, llame a la línea de ayuda en línea de MyKelsey al 713-442-6565, los siete días de la semana, a las 7 a.m. hasta las 9 p.m.

## CÓMO NAVEGAR POR LOS BENEFICIOS DE OTC

Su plan viene con una asignación de venta libre (OTC). Para consultar su saldo, ver el catálogo de OTC o pedir productos en línea, siga estos pasos:

1. Vaya a Internet, escriba [KCAOTC.com](http://KCAOTC.com) en la barra de direcciones y pulse Intro
2. Inicie sesión con su nombre de usuario y contraseña (si es un visitante recurrente) o configure su cuenta como nuevo usuario si es la primera vez que lo hace

## CÓMO NAVEGAR POR KCA VISION

Los planes KelseyCare Advantage incluyen beneficios de la vista y cobertura para exámenes oculares de rutina y diagnóstico y tratamiento de enfermedades y lesiones oculares, además de asignaciones para anteojos y lentes de contacto.

#### Para encontrar un proveedor de servicios de la vista

1. Ir a [KCA.YourVisionPlan.com](http://KCA.YourVisionPlan.com), o
2. Llame a nuestro Centro de Contacto las 24 horas del día, los 7 días de la semana al 713-442-0000 para programar un examen de la vista
3. Para acceder a su formulario de reembolso de la vista, visite [KelseyCareAdvantage.com](http://KelseyCareAdvantage.com) → *Members (Miembros)* → *Member Forms (Formularios de miembros)*

---

No todos los beneficios están incluidos en todos los planes. Consulte su Evidencia de Cobertura (EOC), por sus siglas en inglés para obtener una lista de los beneficios cubiertos por su plan.

# CÓMO NAVEGAR POR EL PROVEEDOR DE BENEFICIOS DENTALES/DENTALES DE UHC

Todos los planes KelseyCare Advantage incluyen cobertura dental preventiva para ayudarlo a sentirse mejor con su salud dental y seguir sonriendo.

## Para encontrar un dentista de la red en su área

1. Visite nuestro sitio web asociado en [YourDentalPlan.com/DentistSearch23](http://YourDentalPlan.com/DentistSearch23), o 2. Llame al 1-866-535-8343

## Para obtener más información sobre su cobertura dental y sus costos

1. Consulte su Evidencia de Cobertura en nuestro sitio web en *Members* (Miembros) → *Plan Documents* (Documentos del Plan), o
2. Comuníquese con nosotros al 713-442-CARE (2273)/línea gratuita: 1-866-535-8343 (TTY: 711)

## **¿Desea obtener más información sobre sus beneficios dentales o necesita ayuda adicional para encontrar un proveedor dental?**

Para obtener ayuda adicional para encontrar un dentista, llame al equipo de Servicios para Miembros al 713-442-4878 (TTY: 711). 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. hasta las 8 p.m., de lunes a viernes. Los servicios de mensajería se utilizan los fines de semana, fuera del horario de atención y los días festivos federales.

Los miembros del plan Core (HMO) pueden obtener información sobre el beneficio dental complementario opcional en nuestro sitio web en [KelseyCareAdvantage.com](http://KelseyCareAdvantage.com). Selectos *Members* (Miembros) → *Plan Documents* (Documentos del plan) → *Dental Coverage* (Cobertura dental).

## SEMINARIOS WEB

Cada trimestre, KelseyCare Advantage organiza un seminario web, un seminario en línea en el que puede obtener información útil sobre su salud o plan. Estos seminarios web se llevan a cabo a través de Zoom, un programa de reuniones en línea que le permite ver y escuchar desde la comodidad de su hogar.

La mejor manera de obtener información sobre nuestros seminarios web trimestrales es optar por recibir comunicaciones electrónicas en nuestra página de *Member Forms* (Formularios para miembros). Las instrucciones para llegar a esta página se pueden encontrar en las páginas 8 y 9 de este libro.

## Zoom

Zoom es gratuito para cualquier persona; no hay ningún cargo por la cuenta estándar.

Puede usar Zoom en cualquier dispositivo que esté conectado a Internet: un teléfono inteligente, una tableta, una computadora portátil o una computadora de escritorio. Zoom utiliza la cámara de su dispositivo para mostrar video en vivo de todos los asistentes. (Si no quieres estar frente a la cámara, también está bien. Solo tienes que mostrar tu nombre). Si no tiene acceso a uno de estos dispositivos que está conectado a Internet, puede usar un teléfono para marcar en una reunión.

A continuación se presentan las preguntas frecuentes para ayudarlo a comprender cómo comenzar a usar Zoom y usarlo para participar en una reunión.

### **¿Puedo usar Zoom sin descargar la aplicación?**

Sí. No tiene que descargar la aplicación si está usando Zoom en su computadora. Simplemente vaya a la página de inicio de Zoom, seleccione *Join a Meeting (Unirse a una reunión)*. Una vez que vea la pantalla de la reunión, seleccione *Join from Your Browser (Unirse desde su navegador)* para ingresar a su reunión.

### **¿Tengo que crear una cuenta de Zoom?**

No. No es necesario crear una cuenta para usar Zoom.

### **¿Cómo me uno a una reunión de Zoom?**

Simplemente puede unirse a una reunión de Zoom haciendo clic en el enlace que le envió el organizador de la reunión. Tenga en cuenta que cada reunión de Zoom tiene un ID de reunión. Algunos también tienen un código de acceso. Al hacer clic en el enlace de la reunión que se le envió por correo electrónico o mensaje de texto, se conectará inmediatamente a la reunión.

### **¿Cómo enciendo la cámara con zoom?**

Una vez que esté en la reunión, puede optar por encender la cámara para que todos puedan ver su cara sonriente, o puede dejar la cámara apagada. Cualquiera de las dos opciones es perfectamente aceptable. Para encender o apagar la cámara, haga clic en la imagen que parece una cámara. Si su cámara está encendida, todos en la reunión podrán verlo a usted y lo que está a su alrededor.

### **¿Cómo puedo silenciar/reactivar el micrófono en Zoom?**

Cuando se una a una reunión por primera vez, deberá dar permiso para que su computadora se una con audio. Si ve un cuadro emergente al comienzo de la reunión, haga clic en Unirse con el audio de la computadora.

Una vez que se una a la reunión, haga clic en el botón *Mute (Silenciar)* para que los demás no puedan escuchar ningún ruido de fondo. Solo recuerda reactivar el sonido cuando quieras decir algo y luego volver a silenciarlo cuando hayas terminado. El anfitrión de la reunión puede optar por silenciar a todos los participantes para que la reunión de Zoom sea más agradable para todos. Si el micrófono tiene una línea roja que lo atraviesa, se silenciará y nadie en la reunión podrá escucharlo.

### **¿Cómo utilizo la función de chat de Zoom?**

Si desea escribir un mensaje al grupo, simplemente haga clic en la pequeña burbuja de chat en la parte inferior de la pantalla. Tu mensaje será visto por todos los miembros del grupo a menos que especifiques lo contrario. En reuniones grandes, la función de chat es la mejor manera de hacer preguntas al orador.

### **¿Cómo salgo de una reunión de Zoom?**

Cuando haya terminado con su reunión de Zoom, presione el botón rojo *End (Finalizar)* en la esquina inferior derecha. Si está utilizando su teléfono inteligente o tableta, el botón está en la esquina superior derecha.

# INFORMACIÓN DE REDES SOCIALES DE KELSEY-SEYBOLD

Manténgase al día con la información más reciente de KelseyCare Advantage siguiéndonos en las redes sociales.

## Facebook y Instagram

Encuentre información importante sobre la salud, información sobre el plan y anuncios en la página de Facebook de KelseyCare Advantage.

Obtenga consejos de salud, información para cuidadores y detalles del plan en la página de Instagram de KelseyCare Advantage.

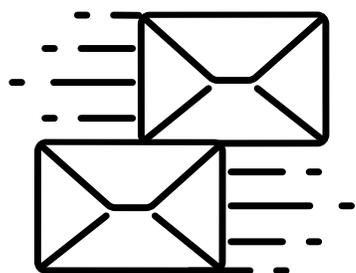
- Los pasos para configurar una página de Facebook o Instagram son los mismos. Solo significa visitar dos sitios web diferentes.
- Para comenzar, visite [Facebook.com](https://www.facebook.com) e inicie sesión en su cuenta o cree una cuenta si aún no tiene una cuenta. Todo lo que necesitas es una dirección de correo electrónico.
  - A continuación, se le pedirá que configure su perfil.
  - Una vez completado, busque **KelseyCare Advantage** en la barra de búsqueda. Seleccione la página de KelseyCare Advantage que muestra nuestro logotipo y toque **Follow (Seguir)**.
- Ahora verá actualizaciones de KelseyCare Advantage cuando inicie sesión en su Facebook.
- Repita los mismos pasos en Instagram.com, ¡y ahora está configurado para las actualizaciones de ambos!

## YouTube

También puede encontrar videos útiles sobre una variedad de temas de salud en nuestro canal de YouTube. Para encontrar nuestro canal:

- Visita [YouTube.com](https://www.youtube.com).
- En la barra de búsqueda, escriba **KelseyCare Advantage Plans**.
- Haga clic en la cuenta con nuestro logotipo.
- Explora nuestros videos en línea.

Si tienes una cuenta de YouTube, puedes hacer clic en **Subscribe (Suscribirse)** para que sea más fácil encontrar nuestra cuenta.



## MANTÉNGASE CONECTADO E INFORMADO CON LA SUSCRIPCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO

### CÓMO CONTACTARNOS

#### Servicios para miembros

713-442-2273

#### Citas en la Clínica Kelsey-Seybold

713-442-5000

#### Cuidado fuera del horario de atención

713-442-5000

#### Línea de ayuda de MyKelseyOnline

713-442-6565

¿Sabía que puede ahorrar tiempo y reducir el desperdicio de papel al optar por recibir correos electrónicos y mensajes electrónicos de KelseyCare Advantage?

Al elegir la opción de correo electrónico, recibirá actualizaciones oportunas e información importante directamente en su bandeja de entrada, que incluye:

- Noticias importantes y actualizaciones del plan
- Próximos eventos y recursos de salud
- Maneras de administrar su plan KelseyCare Advantage

¿Listo para unirse a nosotros de una manera más eficiente para mantenerse conectado? Si es así, elija una de las siguientes formas de optar por recibir correos electrónicos:

- Visita nuestro sitio web: Ve a [www.KelseyCareAdvantage.com](http://www.KelseyCareAdvantage.com) y navega hasta **Members (Miembros)** → **Member Forms (Formularios de miembros)** → **Email Opt-In (Suscripción por correo electrónico)**
- Llame al equipo de conserjería: Comuníquese con nuestro amable equipo al 713-442-4878 (TTY 711).

¡Esperamos poder mantenerle informado!



¿Preguntas? Llame al equipo de conserjería al 713-442-4878 (TTY: 711). 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 de atención y los días festivos federales.

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

© 2025 KelseyCare Advantage. Todos los derechos reservados.