



¡Reciba una tarjeta de regalo de \$50 gratuita por completar su consulta anual de bienestar!

CONSULTA ANUAL DE BIENESTAR

Su consulta anual de bienestar es una parte importante de su atención médica. Como miembro de CalOptima Health OneCare (HMO D-SNP), a Medicare Medi-Cal Plan, puede obtener una consulta anual de bienestar sin ningún costo a usted. Durante la consulta, su médico revisará sus antecedentes médicos y cualquier riesgo de salud que tenga, y hará un plan para ayudarle a mantenerse saludable.

Cómo calificar para la tarjeta de regalo gratuita:

- 1 Debe ser un miembro elegible de CalOptima Health OneCare.
- 2 Debe completar su consulta anual de bienestar con su médico entre el 1.º de enero de 2023 y el 31 de diciembre de 2023.
- 3 CalOptima Health se encargará del resto. ¡NO tiene que enviar ningún formulario!

Una vez que recibamos el reclamo de su consulta, tomará al menos 8 semanas para procesar su tarjeta de regalo de \$50 gratuita. Se puede descontinuar este programa en cualquier momento sin previo aviso.

Si tiene preguntas, llame a Servicios para Miembros de OneCare gratuitamente al **1-877-412-2734 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Contamos con personal que habla su idioma. Visítenos en www.caloptima.org/HealthRewards para obtener más información sobre esta recompensa de salud.

Descargo de responsabilidad: Debe cumplir con **todos** los requisitos de elegibilidad de recompensas de salud para calificar para la tarjeta de regalo. Puede tomar al menos 8 semanas después de recibir el formulario completado para procesar su tarjeta de regalo. No puede usar la tarjeta de regalo para comprar alcohol, tabaco o armas de fuego. La tarjeta de regalo no tiene valor en efectivo, y CalOptima Health no se responsabiliza de su robo o extravío. Solo puede recibir **1** tarjeta de regalo por año natural por esta recompensa de salud. Las tarjetas de regalo están disponibles hasta agotar existencias. Se puede descontinuar este programa en cualquier momento sin previo aviso. OneCare (HMO D-SNP), a Medicare Medi-Cal Plan, es una organización de Medicare Advantage con un contrato de Medicare. La inscripción en OneCare depende de la renovación del contrato. OneCare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Llame a Servicios para Miembros de OneCare gratuitamente al **1-877-412-2734 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Visítenos en www.caloptima.org/OneCare.

Fotografías de archivo. Modelos posando.

Recompensa de salud de la consulta anual de bienestar

En su consulta anual de bienestar, su médico hará lo siguiente:

- Repasará su Evaluación de riesgos de la salud.
- Revisará sus antecedentes médicos y familiares.
- Revisará sus medicamentos actuales.
- Medirá su estatura, peso, índice de masa corporal (IMC) y presión arterial.
- Evaluará su deterioro cognitivo, como el Alzheimer y la demencia.
- Hablará sobre sus factores de riesgo de depresión.
- Evaluará su capacidad funcional y nivel de seguridad.
- Hablará sobre sus factores de riesgo y le hará recomendaciones para mejorar su salud.
- Le recomendará un programa de exámenes de salud para los próximos 5 a 10 años.
- Le dará consejos de salud personales y ofrecerá referencias a servicios de educación para la salud o asesoramiento de prevención.