



Bienvenido a Kaiser Permanente

Comience con 3 pasos sencillos

kp.org/newmember/espanol

kp.org/espanol

kp.org/newmember también está disponible en español.

 KAISER PERMANENTE®

Le damos la bienvenida

Comience con 3 pasos sencillos

Complete los 3 con una visita a kp.org/nuevosmiembros.



Puede solicitar que se le envíe esta información y otros materiales del plan por correo postal sin costo. También puede solicitar tener esta información en otros idiomas o formatos, tales como braille, letras grandes de 18 puntos y audio sin costo. Para solicitar estos materiales, llame a Servicio a los Miembros al **303-338-3800** o al **1-800-632-9700** (TTY **711**), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m.

Si tiene preguntas sobre la elegibilidad o la inscripción de CHP+, llame al Servicio al Cliente de CHP+ al **1-800-359-1991** (TTY **711**).

Si lo necesita, puede pedir ayuda con el idioma sin costo llamando a Servicio a los Miembros (vea los números telefónicos en el reverso de la contraportada).

Consulte la *Evidencia de Cobertura (Evidence of Coverage)* o el Acuerdo de Membresía (Membership Agreement) para obtener más detalles sobre su plan o para consultar limitaciones y exclusiones específicas.

Paso 1

Cree su cuenta en línea

Ingrese a kp.org/newmember/espanol o utilice la aplicación de Kaiser Permanente.

Si aún no lo ha hecho, asegúrese de crear su cuenta en línea. Una vez que se registre, podrá acceder de manera segura a herramientas y recursos que le permitirán ahorrar tiempo para controlar su salud. Usted necesita su **número de historia clínica** para crear su cuenta, que lo puede encontrar en su tarjeta de identificación de miembro.

Kp.org también está disponible en español en kp.org/espanol.



También puede acceder a su tarjeta de identificación de miembro digital con la aplicación de Kaiser Permanente.

En línea o en la aplicación, controle su salud en cualquier momento y lugar.¹

- Consulte la mayoría de los resultados de las pruebas de laboratorio.
- Vuelva a surtir la mayoría de los medicamentos recetados.
- Envíe un correo electrónico al consultorio de su médico si tiene preguntas no urgentes sobre su salud.
- Programar y cancelar citas de rutina
- Administrar la atención médica de un miembro de la familia²

Paso 2

Elija a su médico y cámbielo en cualquier momento

Ingrese a kp.org/newmember/espanol o llámenos al **1-844-639-8657** (TTY 711), de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m.

Seleccione un centro de atención conveniente, luego explore los perfiles de los médicos por sexo, idiomas que hablan y más para buscar el adecuado para usted. Cada miembro de la familia cubierto puede elegir un médico personal dentro de estas especialidades:

- medicina para adultos o medicina interna
- medicina familiar
- pediatría y medicina para adolescentes (para niños de hasta 18 años)
- obstetricia y ginecología.

Las mujeres de 18 años o más pueden elegir un ginecólogo, así como un médico personal.



1. Estas funciones están disponibles cuando recibe atención en los centros de atención de Kaiser Permanente. **2.** Las funciones en línea cambian cuando los menores cumplen 12 años. Los adolescentes tienen derecho a contar con protección de privacidad adicional conforme a las leyes del estado. Cuando su hijo cumpla 12 años, podrá seguir administrando la atención del menor, pero con un acceso modificado a ciertas funciones.

Paso 3

Obtenga medicamentos recetados

Ingrese a kp.org/newmember/espanol y siga los pasos para la transición de sus medicamentos recetados. O llámenos al **1-844-639-8657 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.

Usted cuenta con opciones para ayudarle a transferir sus recetas médicas a una farmacia de Kaiser Permanente cerca de usted. Asegúrese de comunicarse con nosotros antes de su primera cita o antes de que necesite resurtir sus medicamentos, ya que la transferencia puede tardar 2 días hábiles o más.

Obtenga medicamentos recetados por correo

Una vez que haya hecho la transición de sus medicamentos recetados, puede iniciar sesión en su cuenta en línea y hacer clic en "Pharmacy" (Farmacia) para solicitar renovaciones.

Para ciertos medicamentos recetados, puede recibir renovaciones, generalmente dentro de cinco y siete días, a través de nuestra farmacia de pedidos por correo.¹ La entrega estándar está disponible sin costo adicional. En la mayoría de nuestros centros de atención, muchos servicios suelen estar en el mismo lugar, lo que facilita la consulta a su médico y la obtención de medicamentos recetados, todo en un solo viaje.



Recursos para vivir bien

Apoyo para el bienestar emocional

Pruebe dos aplicaciones de autocuidado a pedido hoy mismo. Obtenga ayuda con la ansiedad, el estrés, el estado de ánimo y más. En cualquier momento que lo necesite. Ingrese a kp.org/selfcareapps (cambie el idioma a español) para obtener información sobre Calm and Headspace Care, disponible sin costo adicional para los miembros.^{2,3,4}

1. Se aplican algunas restricciones y pueden variar según el tipo de plan. Consulte los beneficios de su plan para obtener más información. **2.** Las aplicaciones y los servicios mencionados anteriormente no son beneficios de su plan de salud, no están cubiertos por Medicare ni están sujetos a los términos establecidos en su *Evidencia de Cobertura* u otros documentos del plan. Las aplicaciones y los servicios se pueden interrumpir en cualquier momento. **3.** Los miembros mayores de 13 años pueden usar Calm. La aplicación y los servicios de Headspace Care no están disponibles para ningún miembro menor de 18 años de edad. **4.** Los miembros elegibles de Kaiser Permanente pueden comunicarse por mensaje de texto con un asesor a través de la aplicación Headspace Care durante 90 días por año. Una vez que hayan pasado los 90 días, los miembros podrán seguir accediendo a los demás servicios que están disponibles en la aplicación Headspace Care durante el resto del año sin costo alguno.

Es fácil obtener la atención que usted necesita

Programa la mayoría de las citas en línea en kp.org/appointments (cambie el idioma a español) o llámenos al **303-338-4545** o al **1-800-218-1059 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 6 a. m. a 7 p. m. Para obtener consejo médico, llame en cualquier momento durante el día o la noche.

Opciones convenientes de atención

En Kaiser Permanente, tiene muchas formas de conectarse con una atención de calidad en el momento y el lugar que sean más convenientes para usted y su familia. Visite kp.org/getcare (haga clic en "Español") para obtener más información.

- **En persona:** La mayoría de los centros ofrecen muchos servicios en un mismo lugar, lo que le permite ahorrar tiempo en un solo viaje.
- **Servicios de chat:** Chatee en línea con un profesional clínico de salud, un farmacéutico, un asesor financiero, el Servicio a los Miembros o un especialista en salud mental.¹
- **Visitas programadas por teléfono o video:** Programe tiempo para hablar con un profesional clínico de salud por teléfono o video. Con la mayoría de los planes, no hay costo.^{1,2}
- **Atención virtual las 24 horas del día, los 7 días de la semana:** Apoyo rápido y personalizado las 24 horas del día; no se necesita cita. Obtenga atención de un profesional clínico de salud las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por teléfono o video en EE. UU.^{1,2}
- **Lejos de casa:** Visite kp.org/viajero o llame a la línea de atención para viajeros al **951-268-3900 (TTY 711)** para obtener ayuda para viajes.³

Consulta a un especialista de Kaiser Permanente

No necesita obtener una referencia para obstetricia y ginecología, optometría, servicios de salud mental o tratamiento de trastornos por abuso de sustancias. Para otros tipos de atención especializada, su médico puede remitirlo.

Apoyo para la salud mental

El camino de la salud mental y el bienestar de cada persona es diferente. Estamos comprometidos a ayudarlo a encontrar el mejor camino para usted. Los servicios de Kaiser Permanente incluyen los siguientes:

- autoevaluaciones en línea;
- asesoramiento y terapia
- programas personalizados para un estilo de vida saludable
- clases y grupos de apoyo⁴



1. El chat en línea, así como los servicios de video y teléfono, se ofrecen sin costo adicional en la mayoría de los planes de salud. Para estos servicios, algunos planes de salud de PPO (Preferred Provider Organization, Organización de Proveedores Preferidos) o con deducible alto están sujetos primero a un copago, coseguro o deducible antes de brindarse sin costo adicional. Consulte la *Evidencia de Cobertura* o el Acuerdo de Membresía, o llame a Servicio a los Miembros al **303-338-3800** o al **1-800-632-9700 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m., para obtener detalles del plan. 2. Cuando corresponda y esté disponible. Si viaja fuera del estado, es posible que las consultas por teléfono o por video no estén disponibles en ciertos estados debido a leyes relacionadas con las licencias médicas. Las leyes difieren según el estado. 3. Este número se puede marcar 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. Pueden aplicarse cargos por larga distancia y 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 temprano el día anterior a un día festivo a las 11 p. m., y reabre el día después de un día festivo a las 5 a. m. 4. Las clases pueden variar según el lugar y algunas pueden requerir una tarifa.

Opciones de atención en persona para usted

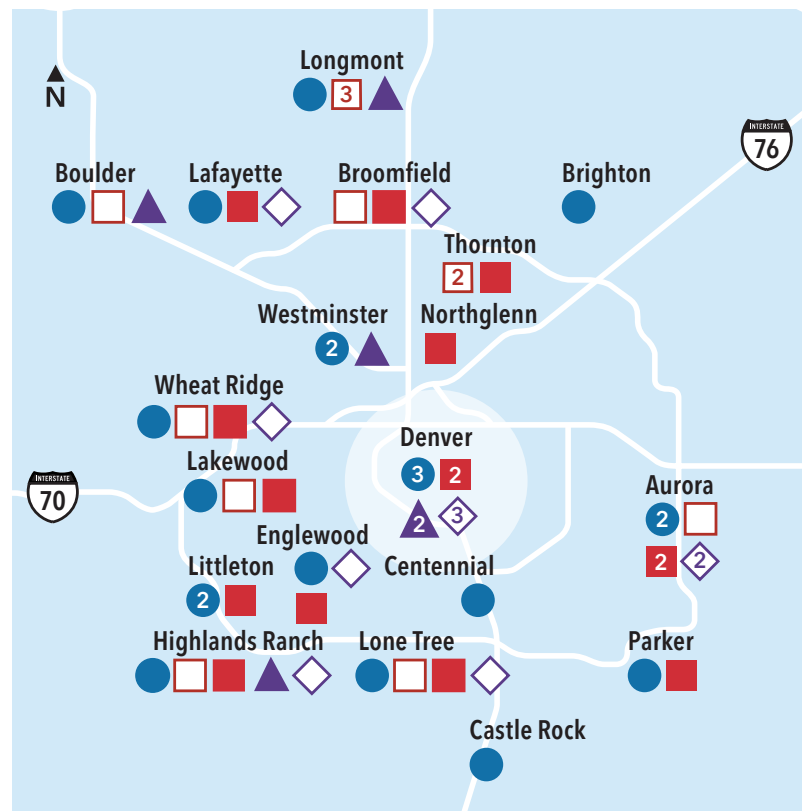
Centros de atención médica de Colorado

21	Consultorios médicos de Kaiser Permanente	●
12	Centros de atención de urgencia	□
15	Centros de atención de emergencia	▲
6	Consultorios de salud del comportamiento	■
11	Hospitales afiliados/atención para pacientes hospitalizados	◇

Para obtener una lista completa de los proveedores incluidos en su plan, visite kp.org/locations (cambie el idioma a español).



Las opciones de proveedores varían según el plan, el área de servicio y la disponibilidad en el momento de la elección, y están sujetas a cambios. La información del proveedor y del lugar está actualizada en el momento de la publicación y está sujeta a cambios. En una emergencia, llame al **911** o vaya al Departamento de Emergencias.



Kaiser Permanente medical offices

Central

Aurora

Aurora Centrepoint

14701 E. Exposition Ave.

Aurora, CO 80012

Smoky Hill

16290 E. Quincy Ave.

Aurora, CO 80015

Boulder

Baseline

580 Mohawk Drive

Boulder, CO 80303

Brighton

Brighton

859 S. 4th Ave.

Brighton, CO 80601

Castle Rock

Castle Rock

4318 Trail Boss Drive

Castle Rock, CO 80104

Centennial

Arapahoe

5555 E. Arapahoe Road

Centennial, CO 80122

Denver

East Denver

10400 E. Alameda Ave.

Denver, CO 80247

Franklin

2045 Franklin St.

Denver, CO 80205

Skyline

1375 E. 20th Ave.

Denver, CO 80205

Englewood

Englewood

2955 S. Broadway

Englewood, CO 80113

Highlands Ranch

Highlands Ranch

9285 Hepburn St.

Highlands Ranch, CO 80129

Lafayette

Rock Creek

280 Exempla Circle

Lafayette, CO 80026

Lakewood

Lakewood

8383 W. Alameda Ave.

Lakewood, CO 80226

Littleton

Ken Caryl

7600 Shaffer Parkway

Littleton, CO 80127

Southwest

5257 S. Wadsworth Blvd.

Littleton, CO 80123

Lone Tree

Lone Tree

10240 Park Meadows Drive

Lone Tree, CO 80124

Longmont

Longmont

2345 Bent Way

Longmont, CO 80503

Parker

Parker

10168 Parkglenn Way

Parker, CO 80138

Westminster

Hidden Lake

7701 Sheridan Blvd.

Westminster, CO 80003

Westminster

11245 Huron St.

Westminster, CO 80234

Wheat Ridge

Wheat Ridge

4803 Ward Road

Wheat Ridge, CO 80033

Aviso de No Discriminación

Kaiser Foundation Health Plan of Colorado (Kaiser Health Plan) cumple las leyes de derechos civiles federales correspondientes y no discrimina por motivos de raza, color, país de origen, edad, discapacidad o sexo. Kaiser Health Plan no excluye a las personas ni las trata diferente debido a su raza, color, país de origen, edad, discapacidad o sexo. Nosotros también:

- Proporcionamos ayuda y servicios sin costo a personas con discapacidades para que se comuniquen eficazmente con nosotros, como:
 - intérpretes calificados de lenguaje de señas
 - información por escrito en otros formatos, como impreso en letra grande, audio y formatos electrónicos accesibles
- Proporcionamos servicios de idiomas sin costo a personas cuyo idioma principal no sea el inglés, como:
 - intérpretes calificados
 - información por escrito en otros idiomas

Si necesita dichos servicios, llame al **1-800-632-9700** (TTY: **711**).

Si considera que Kaiser Health Plan no le ha proporcionado estos servicios o que ha sufrido discriminación de alguna otra forma por motivos de raza, color, país de origen, edad, discapacidad o sexo, puede presentar una queja por correo en: Customer Experience Department, Attn: Kaiser Permanente Civil Rights Coordinator, 10350 E. Dakota Ave, Denver, CO 80247, o por teléfono con Servicio a los Miembros al: **1-800-632-9700** (TTY: **711**).

También puede presentar una queja formal de derechos civiles de forma electrónica ante la Oficina de Derechos Civiles (Office for Civil Rights) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (U.S. Department of Health and Human Services) mediante el portal de quejas formales de la Oficina de Derechos Civiles en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf> (en inglés), o por correo postal o por teléfono a: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, **1-800-368-1019**, (TTY: **1-800-537-7697**). Los formularios de queja formal están disponibles en www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html (en inglés).

HELP IN YOUR LANGUAGE

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-800-632-9700** (TTY **711**).

አማርኛ (Amharic) ማስታወሻ: የሚናገሩት ቋንቋ አማርኛ ከሆነ የትርጉም እርዳታ ድርጅቶች፣ በነጻ ሊያገዝዎት ተዘጋጅተዋል። ወደ ሚከተለው ቁጥር ይደውሉ **1-800-632-9700** (TTY **711**)።

العربية (Arabic) ملحوظة: إذا كنت تتحدث العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم **1-800-632-9700** (TTY **711**) .

Bàsòò Wùdù (Bassa) Dè dɛ nià kɛ dyédé gbo: ɔ jũ ké m̀ Bàsòò-wùdù-po-nyò jũ ní, níí, à wùdù kà kò dò po-poò béin m̀ gbo kpáa. Đá **1-800-632-9700** (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 **1-800-632-9700** (TTY **711**) 。

فارسی (Farsi) توجه: اگر به زبان فارسی گفتگو می کنید، تسهیلات زبانی بصورت رایگان برای شما فراهم می باشد. با **1-800-632-9700 (TTY 711)** تماس بگیرید.

Français (French) ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le **1-800-632-9700 (TTY 711)**.

Deutsch (German) ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung.
Rufnummer: **1-800-632-9700 (TTY 711)**.

Igbo (Igbo) NRUBAMA: O bụrụ na ị na asụ Igbo, ọrụ enyemaka asụsụ, n'efu, dijiri gi. **Крọọ 1-800-632-9700 (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。**1-800-632-9700 (TTY 711)** まで、お電話にてご連絡ください。

한국어 (Korean) 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. **1-800-632-9700 (TTY 711)** 번으로 전화해 주십시오.

Naabeehó (Navajo) Díí baa akó nínízin: Díí saad bee yáníłti'go Diné Bizaad, saad bee áká'ánída'áwo'déé', t'áá jiik'eh, éi ná hóló, koji' hódíílnih **1-800-632-9700 (TTY 711)**.

नेपाली (Nepali) ध्यान दिनुहोस्: तपाईंले नेपाली बोल्नुहुन्छ भने तपाईंको निम्ति भाषा सहायता सेवाहरू निःशुल्क रूपमा उपलब्ध छ । **1-800-632-9700 (TTY: 711)** फोन गर्नुहोस् ।

Afaan Oromoo (Oromo) XIYEEFFANNA: Afaan dubbattu Oroomiffa, tajaajila gargaarsa afaanii, kanfaltiidhaan ala, ni argama. Bilbilaa **1-800-632-9700 (TTY 711)**.

Русский (Russian) ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните **1-800-632-9700 (TTY 711)**.

Español (Spanish) ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **1-800-632-9700 (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 **1-800-632-9700 (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 **1-800-632-9700 (TTY 711)**.

Yorùbá (Yoruba) AKIYESI: Ti o ba nso ede Yoruba ofe ni iranlowo lori ede wa fun yin o. E pe ero ibanisoro yi **1-800-632-9700 (TTY 711)**.

Notas

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



Información importante para miembros

Centro de Llamadas de Asuntos Clínicos

Programe la mayoría de las citas en línea en kp.org/appointments (cambie el idioma a español) o llámenos al **303-338-4545** o al **1-800-218-1059 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 6 a. m. a 7 p. m. Para obtener consejo médico, llame en cualquier momento, de día o de noche.

Si consulta a un proveedor afiliado, comuníquese directamente con ese proveedor para programar una cita.

Servicio a los Miembros

Estamos aquí para ayudarle. Llámenos al **303-338-3800** o al **1-800-632-9700 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 6 p. m., si tiene preguntas sobre los beneficios y la cobertura. También puede solicitar una copia de la *Evidencia de Cobertura* o el Acuerdo de Membresía, que tiene una lista completa de los servicios cubiertos por su plan.

Infórmese

La guía de avisos anuales incluye información importante sobre la calidad, la administración de la utilización y los derechos y las responsabilidades de los miembros. Puede ver esta guía en kp.org/formsandpubs (cambie el idioma a español). También puede ver información sobre la administración de la calidad y la utilización en kp.org/quality (cambie el idioma a español), y puede ver sus derechos y responsabilidades de miembro en su totalidad en kp.org/memberrights-co (cambie el idioma a español). Para consultas sobre el proceso de administración de la utilización o un referido, llame al **1-877-895-2705 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m. Si su inglés es limitado o nulo, el personal le brindará un intérprete telefónico que lo ayudará con las preguntas sobre la administración de la utilización, sin costo para usted.



Kaiser Foundation Health Plan of Colorado
Comunicaciones
10350 E. Dakota Ave.
Denver, CO 80247

Información importante sobre el plan

 Recycle 1293348446 Guía para nuevos miembros de CHP+ 2024

A photograph of a woman with long dark hair and a young girl with curly hair and a flower headband. They are both smiling and looking down at a piece of paper on a table, appearing to be drawing or coloring together. The woman is holding a blue marker. The background is softly blurred, showing another person in the distance.

¡Comencemos!

Su guía de inicio rápido está
en el interior.