

**BIENVENIDO A**

**CIGNA LOCALPLUS IN®**

**Consejos para ayudarle a aprovechar  
al máximo su plan de salud.**

**Contigo paso a paso.®**



# Conozca más sobre su plan.

## ¡Felicitaciones por haber elegido un plan LocalPlus IN de Cigna!

LocalPlus le ayuda a ahorrar dinero, ofreciéndole la combinación justa de beneficios de salud, al precio adecuado. Es un plan con un costo razonable, diseñado para ayudarle a controlar los costos de atención médica, que son cada vez más altos, sin sacrificar la calidad que usted desea y espera recibir.

La parte esencial del plan LocalPlus IN es una red local<sup>1</sup> limitada a médicos, especialistas y hospitales en el lugar donde usted vive. De esta manera, usted accede a la atención con comodidad, porque sabemos que está ocupado y siempre en movimiento.

Su salud es importante para nosotros. Estos son algunos consejos rápidos para ayudarle a vivir una vida más sana, a pagar menos por su atención y a aprovechar al máximo su plan LocalPlus IN.

### Empiece a usar LocalPlus

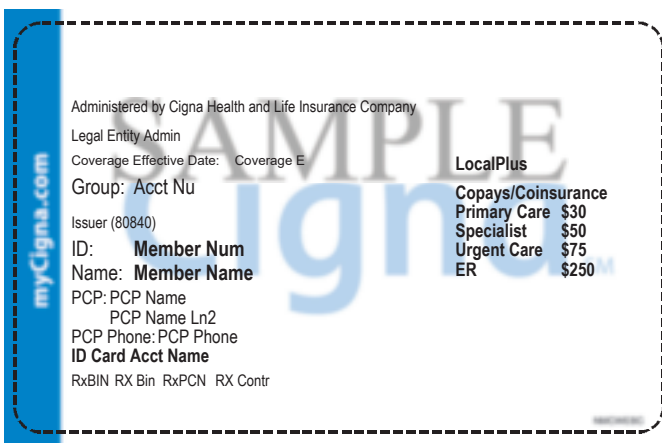
Cuanto más sepa sobre todas las cosas maravillosas que ofrece su plan LocalPlus IN de Cigna, más rápido podrá comenzar a ahorrar.

**CONSEJO:** Siga la flecha ► para ver indicaciones sencillas que le ayudarán a encontrar lo que necesita.

1

## Guarde su tarjeta de identificación de Cigna en su billetera

Su tarjeta de identificación contiene información importante sobre su plan LocalPlus IN de modo que es conveniente que la lleve con usted en todo momento. Si tiene alguna pregunta, puede llamarnos al número que figura en la parte de atrás de su tarjeta en cualquier momento, de día o de noche.



Ejemplo utilizado con fines ilustrativos únicamente. Consulte su tarjeta de identificación para conocer la información relacionada con su plan específico.

2

## Busque un médico u hospital

La manera más sencilla de no sufrir un aumento en los costos –y recibir atención médica de calidad– es usar un médico, un hospital u otro proveedor que pertenezca a la Red LocalPlus de Cigna. Si usa un médico o una instalación que no forma parte de la red cuando haya uno/a disponible (o fuera de la opción Away From Home Care cuando LocalPlus no esté disponible), el plan no cubrirá su atención (salvo en caso de emergencia).

► **Dos maneras sencillas de encontrar un médico de la red cercano:**

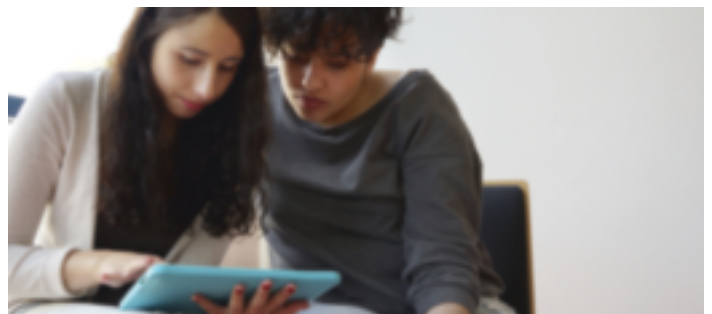
- Regístrese en **myCigna.com** (vea a continuación) y haga clic en la pestaña *Find Care & Costs* (Buscar un médico, un dentista o una instalación)
- Llámenos en cualquier momento al número que figura en la parte de atrás de su tarjeta de identificación de Cigna

3

## Calcule los costos antes de ir

¿Sabe cuánto deberá pagar por servicios médicos específicos que reciba de médicos u hospitales de la red LocalPlus? Nuestras herramientas de cálculo fáciles de usar pueden ayudarle a evitar sorpresas cuando necesite recibir atención.

► **Inicie sesión en myCigna.com y haga clic en la pestaña Estimate Health Care Costs (Calcular costos de atención médica) para calcular sus costos de desembolso.**





4

### Regístrese en myCigna.com

Como afiliado de LocalPlus, usted tendrá acceso a myCigna.com y a la aplicación móvil myCigna Mobile App.\* Sus páginas de myCigna son un recurso de referencia para toda la información sobre su plan.

También encontrará herramientas y recursos que le ayudarán a comprender y administrar sus beneficios y su salud. Lo mejor de todo es que myCigna está personalizado, para que usted pueda encontrar rápidamente lo que está buscando.

► [Para comenzar, ingrese en myCigna.com y registre su cuenta en unos pocos minutos.](#)

\* La descarga y el uso de la aplicación están sujetos a los términos y las condiciones de la aplicación y las tiendas en línea desde las cuales se descargue. Se aplican los cargos estándar de las compañías de telefonía celular y uso de datos.

5

### Realice una evaluación de la salud en línea

¿Qué tan saludable está? ¿Su salud corre algún riesgo? Complete una evaluación rápida y sencilla en **myCigna.com** para averiguarlo. También conocerá maneras de mejorar su salud y mantener hábitos relacionados con el estilo de vida que sean saludables.

► [Inicie sesión en myCigna.com y busque My Health Assessment \(Mi evaluación de la salud\) en la pestaña Manage My Health \(El control de mi salud\).](#)

6

### Ahorre en productos y servicios relacionados con la salud

El Programa de descuentos Healthy Rewards® de Cigna le ayuda a pagar menos por programas y servicios que le permiten mantenerse saludable.\* Simplemente programe las citas usted mismo, muestre su tarjeta de identificación al momento de pagar por los servicios y disfrute de los ahorros. Los programas disponibles incluyen:

- Control del peso y alimentación
- Entrenamiento físico
- Dejar de fumar
- Bienestar de la mente y el cuerpo
- Atención dental, de la vista y de la audición
- Medicina alternativa
- Productos para un estilo de vida saludable

► [Inicie sesión en myCigna.com y busque Discount Programs – Healthy Rewards \(Programas de descuento – Healthy Rewards\) en la pestaña Review My Coverage \(Revisar mi cobertura\).](#)

\* Algunos de los programas Healthy Rewards no están disponibles en todos los estados y los programas pueden interrumpirse en cualquier momento. Si su plan de Cigna incluye cobertura para alguno de estos servicios, este programa es adicional a los beneficios de su plan, pero no los reemplaza. Healthy Rewards es independiente de sus beneficios médicos.

**Un programa de descuentos NO es un seguro, y usted debe pagar la totalidad del cargo con descuento.**

7

### Controles anuales sin costo adicional

Hacerse pruebas y exámenes médicos preventivos regularmente puede ayudar a detectar problemas antes de que empiecen. Por eso, aunque se sienta bien, debería hacerse controles regulares y exámenes de detección y estar al día con las vacunas. Con su plan LocalPlus IN, la mayoría de los servicios de atención preventiva están cubiertos al 100% cuando son prestados por un médico de la red.\*\*

► [Tenga su tarjeta de identificación de Cigna a mano y luego llame a su médico para programar una cita para un examen preventivo hoy mismo.](#)

\*\* No todos los servicios de cuidado preventivo están cubiertos. Consulte los materiales de su plan para obtener detalles.

8

## Tenga en cuenta las clínicas de acceso fácil

Si no puede ver a su médico para recibir atención médica de rutina, una clínica de acceso fácil (o un centro de atención de urgencia) puede ser una buena opción. Suelen ser más rápidas y menos costosas que las salas de emergencias para atender afecciones tales como sinusitis, sarpullido, dolor de oído, quemaduras leves u otras afecciones médicas que no pongan en riesgo la vida. También puede ir a estas clínicas si necesita una vacuna antigripal u otra vacuna de rutina.

► Para encontrar la instalación que le quede más cerca, inicie sesión en [myCigna.com](https://mycigna.com), haga clic en la pestaña **Find a Doctor (Buscar un médico)** y escriba **urgent care services (servicios de atención de urgencia)** en el recuadro de búsqueda.

9

## Encuentre apoyo y recursos adicionales

Cigna tiene muchos programas de asesoramiento y apoyo, con profesionales capacitados para ayudarle cuando lo necesite. Por ejemplo, si tiene una afección médica crónica o necesita que lo guíen para recibir atención o conocer las opciones de planes LocalPlus IN. Estamos para servirle.

► Inicie sesión en [myCigna.com](https://mycigna.com) y busque **My Health Programs and Resources (Mis programas y recursos de salud)** en la pestaña **Manage My Health (El control de mi salud)**.

También puede llamarnos al número que figura en la parte de atrás de su tarjeta de identificación.

10

## Servicio las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Cuanto más sepa sobre su plan LocalPlus IN de Cigna, más fácil será aprovechar todos los programas y servicios para ahorrar dinero que ofrece.

Si tiene alguna pregunta sobre su salud, su atención o su plan –o si desea hablar directamente con un integrante del personal de enfermería– puede llamarnos de día o de noche. Será un placer hablar con usted. Además, ofrecemos servicios de traducción en más de 150 idiomas.

► Busque nuestro número gratuito de servicio al cliente, que atiende las 24 horas del día, en la parte de atrás de su tarjeta de identificación de Cigna.



1. La Red LocalPlus es más pequeña que la Red nacional Open Access Plus (OAP) de Cigna. En este plan, usted tiene acceso a beneficios dentro de la red únicamente a través de los profesionales y las instalaciones de atención médica que pertenecen a la Red LocalPlus cuando se encuentra en un área de servicio de la Red LocalPlus. Para ver una lista de profesionales e instalaciones de atención médica participantes, visite [Cigna.com](https://cigna.com). Si quiere un directorio impreso, pídselo a su empleador.

Este folleto presenta solo los aspectos principales. Revise los documentos de su plan para conocer los detalles de la cobertura, incluida una lista completa de los servicios cubiertos y no cubiertos. Los profesionales y las instalaciones de atención médica que participan en la red de Cigna son contratistas independientes exclusivamente responsables del tratamiento que brindan a sus pacientes. No son agentes de Cigna.

Todos los productos y servicios de Cigna son brindados exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, que incluyen a Cigna Health and Life Insurance Company, Cigna Behavioral Health, Inc., Cigna Health Management, Inc., Tel-Drug, Inc. y Tel-Drug of Pennsylvania, L.L.C. El nombre de Cigna, el logo y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc. 900760SP a 04/19 © 2019 Cigna. Parte del contenido se suministra bajo licencia. SR