



# SPOTLIGHT *on* HEALTH

*Enfoque en la salud*

## Visita anual de bienestar

Estar al día con las visitas al doctor y las pruebas de detección necesarias es clave para mantener su estado de salud, en especial si tiene una afección crónica. La visita anual de bienestar le permite hablar con su proveedor de cuidados primarios (PCP) sobre su historia clínica y sobre cualquier otra inquietud que pueda tener sobre su salud. Vea a continuación por qué es tan importante establecer una buena relación con su PCP.



## Annual Wellness Visit

Keeping up with your doctor visits and required screenings is key to maintaining your health, especially if you are managing a chronic condition. The Annual Wellness Visit gives you an opportunity to discuss your health history and any concerns you may have regarding your health with your Primary Care Provider (PCP). Learn why forming a good relationship with your PCP is important inside.

[Allwell.SuperiorHealthPlan.com](https://www.Allwell.SuperiorHealthPlan.com)

SHP\_20207251

Y0020\_21\_23552NEWSLTR\_BIL\_C\_02032021

## ANNUAL WELLNESS VISIT

It is important to schedule an Annual Wellness Visit with your Primary Care Provider (PCP) to stay up-to-date with your health. The annual wellness visit is not a physical exam. The purpose of this visit is to create a complete personal and family health history and to help prevent future health problems.

If you are managing a chronic condition such as diabetes, asthma or heart disease, scheduling your Annual Wellness Visit is especially important so you can maintain your health. Your PCP will help coordinate your care to ensure you get the preventive health screenings you need. Your PCP can also refer you to other providers if you need specialized care.

Seeing your PCP on an annual basis also helps you build a relationship with your PCP. You can help your PCP get to know more about you and your health needs with the following tips:

Talk with your PCP about your health status and your long- and short-term health goals.



Help build trust and help your PCP get to know you by being honest and discussing all of your health concerns with them.



Allow your doctor to coordinate any specialized care and follow-up appointments.



Make your doctor your partner in improving and maintaining your health by working with them to develop a care plan that you can follow.



Hable con su PCP sobre su estado de salud y sus objetivos de salud a largo y corto plazo.



Ayude a generar confianza y ayude a su PCP a conocerlo siendo honesto y hablando sobre todas sus inquietudes de salud.



Deje que su doctor coordine toda la atención especializada y las citas de seguimiento.



Convierta a su doctor en su aliado para mejorar y mantener su salud, trabajando juntos a fin de desarrollar un plan de atención que usted pueda seguir.



Los miembros de Allwell de Superior HealthPlan que completan su visita anual de bienestar pueden recibir \$20 en recompensas de My Health Pays.

Allwell from Superior HealthPlan members who complete their Annual Wellness Visit can earn \$20 in My Health Pays rewards.

Source: health.harvard.edu

Fuente: health.harvard.edu

## VISITA ANUAL DE BIENESTAR

Es importante programar una visita anual de bienestar con su PCP para estar al día con su salud. Esta visita no es un examen físico. Su propósito es crear una historia clínica completa personal y familiar, y ayudar a prevenir futuros problemas de salud.

Si tiene una afección crónica como diabetes, asma o una enfermedad cardíaca, programar su visita anual de bienestar es particularmente importante para poder mantener su estado de salud. Su PCP lo ayudará a coordinar su atención para asegurarse de que se haga las pruebas de salud que necesite. También puede remitirlo a otros proveedores si necesita atención especializada.

Visitarlo cada año también ayuda a construir una relación con el profesional. Para ayudar a su PCP a saber más sobre usted y sus necesidades de salud, incluimos los siguientes consejos:

Allwell members also have the option to use Telehealth to schedule their annual visit. If you need help finding a PCP or making an appointment in person or virtually for an annual wellness visit, or if you have any other questions, please call **Member Services at 1-844-796-6811 (HMO), 1-877-935-8023 (HMO SNP) (TTY: 711)**. From October 1 to March 31, you can call us 7 days a week from 8 a.m. to 8 p.m. From April 1 to September 30, you can call us Monday through Friday from 8 a.m. to 8 p.m. A messaging system is used after hours, weekends, and on federal holidays.



Los miembros de Allwell también tienen la opción de utilizar los servicios de telehealth para programar su visita anual. Si necesita ayuda para encontrar un PCP o programar una visita anual de bienestar en persona o virtualmente, o si tiene alguna pregunta, llame a **Servicios para miembros al 1-844-796-6811 (HMO), 1-877-935-8023 (HMO SNP) (TTY: 711)**. Del 1 de octubre al 31 de marzo, puede llamarnos los 7 días de la semana, de 8:00 a.m. a 8:00 p.m. Del 1 de abril al 30 de septiembre, puede llamarnos de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 8:00 p.m. Se usa un sistema de mensajería para las llamadas fuera del horario laboral, los fines de semana y los días festivos federales.





superior  
healthplan™

Forum II Building  
7990 IH 10 West, Suite 300  
San Antonio, TX 78230

# SPOTLIGHT *on* HEALTH

## *Enfoque en la salud*

Health and wellness or prevention information.  
Información de salud y bienestar o prevención.

2021 / ISSUE 1 / EDICIÓN 1

**Prescription Medications:** Medications are often an important part of your treatment plan. Some medications need to be taken regularly to control or lessen the symptoms of a condition. Other medications help keep you comfortable and can be taken as needed. Medications only work as intended when you take them as prescribed by your provider. If you see more than one provider, it is important that each one knows about all of the medications you take. This is to make sure your medications work well together.

**Medicamentos recetados:** Con frecuencia, los medicamentos son una parte importante de su plan de tratamiento. Algunos medicamentos deben tomarse con regularidad para controlar o disminuir los síntomas de una afección. Otros medicamentos lo ayudan a sentirse mejor y se pueden tomar según sea necesario. Los medicamentos solo funcionan como corresponde cuando los toma según lo prescrito por su proveedor. Si consulta a más de un proveedor, es importante que cada uno de ellos esté al tanto de todos los medicamentos que toma. Esto es para garantizar que sus medicamentos funcionen bien en conjunto.