

# Administre su salud en línea las 24 horas del día, los 7 días de la semana

En la actualidad, usted administra muchos aspectos de su vida en línea, desde pagar facturas y realizar operaciones bancarias, hasta hacer compras. Por eso mismo, ¿por qué no administra en línea su plan de salud y su atención de la salud? Contamos con muchas herramientas que pueden hacerle la vida más fácil. Es simple y rápido, para que pueda dedicar más tiempo a disfrutar de la vida fuera de Internet. Para aprovechar estas excelentes herramientas y recursos, ingrese en [healthpartners.com](http://healthpartners.com).

### Administre sus registros personales

- Cree un diario de salud personal con la herramienta “**Mi diario de salud**” (My Health Diary). Su diario le permite almacenar su información de salud en un solo lugar, de modo que puede registrar su historial de alergias, inmunizaciones y medicamentos recetados, como así también hacer un seguimiento de su pérdida de peso, su presión arterial y sus niveles de azúcar en sangre. Incluso puede crear un directorio de sus clínicas y hospitales favoritos.
- Contribuya a preservar el medioambiente usando un casillero de correo electrónico para recibir sus **Explicaciones de Beneficios** (Explanations of Benefits, EOB) en línea. Es una manera fácil y segura de hacer un seguimiento de las reclamaciones y administrar sus cuentas. Incluso puede enviar preguntas acerca de beneficios, elegibilidad o reclamaciones por correo electrónico directamente a Servicios para Miembros.
- Use **HealthVault™** de **Microsoft®** para archivar sus EOB. Una vez que transfiera sus EOB y su información de salud a HealthVault, tendrá acceso gratuito de por vida, ya sea que cambie de plan de salud, de médico o de trabajo.

### Realice búsquedas, revisiones y solicitudes

- **Busque** médicos y dentistas por distintos criterios, como nombre, nombre de la clínica, especialidad, idioma, sexo, horario de atención, estacionamiento, tiempo de espera y muchos más
- **Revise** las calificaciones de los proveedores en términos de calidad y costo
- **Vea** sus reclamaciones y beneficios
- **Solicite** una nueva credencial de miembro
- Realice **visitas electrónicas** a proveedores participantes

### Visite la biblioteca

- Con tan solamente un clic, puede buscar más de 8,000 temas relacionados con la salud en nuestra **Biblioteca de Información sobre la Salud Healthwise** (Healthwise Health Information Library). Busque información sobre enfermedades y lesiones comunes, alimentación saludable, alergias, primeros auxilios y mucho más.
- Use una de las herramientas interactivas para saber cuántas calorías quemó o para verificar síntomas de enfermedades.
- Ingrese en [healthpartners.com/healthlibrary](http://healthpartners.com/healthlibrary).

### Busque apoyo para tomar decisiones

- Para muchas decisiones relacionadas con la salud no existen respuestas absolutas. Use la **Guía de Ottawa para Apoyo Decisional** (Ottawa Personal Decision Guide) para detallar sus decisiones y opciones mientras planifica sus próximos pasos.
- Hable con un **Asesor de Miembros** para que responda a sus preguntas y le explique sus opciones. Los asesores que brindan apoyo para la toma de decisiones están capacitados para ayudarle a tomar una decisión que sea adecuada para usted.
- Investigue usted mismo usando la **Biblioteca de Información sobre la Salud Healthwise**.
- Ingrese en [healthpartners.com/decisionsupport](http://healthpartners.com/decisionsupport).

### Calcule sus ahorros

- **Comparación de costos de los proveedores:** Busque y compare precios de 100 servicios de atención de la salud comunes ofrecidos por 500 clínicas y hospitales en el área metropolitana de las Ciudades Gemelas (Minneapolis y Saint Paul).
- **Proveedores que ofrecen la mejor opción:** Identifique a los proveedores que ofrecen la mejor calidad de atención al menor costo para diversos servicios.
- **Calculadora de costos médicos:** Calcule los gastos médicos anuales y vea los costos de diversos tratamientos y afecciones.
- **Comparación de planes:** Encuentre el plan adecuado para usted con nuestra herramienta para comparar planes paso por paso.
- Ingrese en [healthpartners.com/smartshopper](http://healthpartners.com/smartshopper).

### Cree su cuenta

Visite [healthpartners.com](http://healthpartners.com) e inscribábase hoy mismo. Es rápido y sencillo. Una vez que haya ingresado en su cuenta, marque la casilla para indicar que desea que los documentos administrativos sean enviados directamente a su casillero de correo electrónico seguro. Cada vez que ingrese, verá un ícono que le indicará que tiene mensajes nuevos.



Para obtener más información, ingrese en [healthpartners.com](http://healthpartners.com).

Estas herramientas están disponibles en inglés. Para obtener información en español, llame al 952-883-7050 o al 1-866-398-9119.