



# Programa Presbyterian *Healthy Solutions* [soluciones sanas]

**¡Este es un buen momento para comprometerse a la buena salud!**

El Programa **Healthy Solutions** es un servicio de asesoramiento para los asegurados de Presbyterian que padecen problemas médicos crónicos. El programa le puede ayudar a mejorar su salud. Presbyterian ofrece este servicio sin costarle nada más a usted.

## ¿Cómo le puede ayudar el asesoramiento sobre la salud?

El asesoramiento sobre la salud le puede ayudar a aprender cómo tomar control de su salud. Si usted quiere sentirse mejor y vivir una vida más sana, ¡estamos a su disposición para ayudarle!

Usted y su asesor de salud hablarán acerca de:

- Cómo usted puede realizar cambios pequeños que producen costumbres más sanas
- Cuáles son los impedimentos que previenen un estilo de vida más sana
- Cuáles son las decisiones sanas que han funcionado bien para usted en el pasado
- Cómo usted puede colaborar con su proveedor de servicios médicos para cumplir sus metas y necesidades de salud

**Los asesores del Programa **Healthy Solutions** colaboran con usted por teléfono y/o por medio de consultas por video.**

- Le motivamos a mejorar su salud
- Podemos programar horas para el asesoramiento que sean convenientes para usted, tomando en cuenta su horario ocupado

¿Para cuáles de los siguientes le gustaría recibir asesoramiento?

- Asma
- Enfermedad arterial coronaria
- Diabetes
- Presión arterial alta (hipertensión)

**¡Vamos a empezar!**

**Favor de comunicarse con el programa Presbyterian Healthy Solutions:**

**Teléfono: 1-800-841-9705  
(deje mensaje)**

**Correo electrónico:  
healthysolutions@phs.org**

Con un asesor del Programa **Healthy Solutions** como su guía, usted puede aprender a tomar decisiones más sanas todos los días.

 **PRESBYTERIAN**

[www.phs.org](http://www.phs.org)



Presbyterian cumple las leyes federales pertinentes de derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidades o sexo.

**ATENCIÓN:** si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al (505) 923-5420, 1-855-592-7737 (TTY: 711).

Díí baa akó nínízin: Díí saad bee yáníłłi'go Diné Bizaad, saad bee áká'ánída'áwo'déé', t'áá jiiik'eh, éí ná hóló, kojji' hódíłnih (505) 923-5420, 1-855-592-7737 (TTY: 711).

Los fondos que financian dichos servicios provienen, en parte, del estado de Nuevo México.

Presbyterian Senior Care (HMO/HMO-POS) y Presbyterian MediCare PPO es un plan de Medicare Advantage que tiene contrato con el Programa Medicare. La inscripción en Senior Care (HMO/HMO-POS) y Presbyterian MediCare PPO depende de que se renueve el contrato.

Presbyterian Dual Plus es un HMO Special Needs Plan (SNP) [plan de necesidades especiales de la Organización para el Mantenimiento de la Salud] que tiene contrato con el Programa Medicare y contrato con el Programa Medicaid del Departamento Estatal de Servicios Humanos de Nuevo México. La inscripción en Presbyterian Dual Plus (HMO SNP) depende de la renovación del contrato.