



El programa de Apoyo para Padecimientos le ayuda a **vivir bien**

Si usted ha sido diagnosticado con un padecimiento crónico, nuestro programa de Apoyo para Padecimientos le ofrece la información y el apoyo que necesita para hacerse cargo de su salud.

Acerca del programa

Si usted está viviendo con un padecimiento de salud crónico, es útil tener recursos confiables y apoyo para realizar cambios en su estilo de vida. Estamos aquí para ayudarle. Este programa le permite hablar por teléfono con una enfermera certificada o un dietista certificado a fin de recibir asesoría continua y periódica sobre la salud y el bienestar.

Esto es lo que usted puede esperar de este programa:

- Usted aprenderá lo que puede hacer para cuidar de su salud y descubrirá las claves para tener éxito.
- Le enseñaremos a establecer objetivos de salud que sean claros y significativos para usted y le ayudaremos a mantener el rumbo para lograr esos objetivos.

- Usted recibirá información sobre medicamentos, salud, nutrición y acondicionamiento físico.
- También descubrirá nuevas formas de superar los retos de la vida.

Detalles sobre la participación

- Disponible para miembros de PacificSource y PacificSource Community Health Plans.
- Su participación no tiene costo alguno.
- La participación es voluntaria y usted puede dejar de participar en cualquier momento.
- Identificamos e invitamos a los miembros basándonos en la información sobre las reclamaciones.
- La información de salud que usted nos proporcione es estrictamente confidencial.

Email

YourSupport@PacificSource.com

Teléfono

888-987-5805

TTY: 711

Aceptamos llamadas del servicio de retransmisión.

[PacificSource.com](https://www.PacificSource.com)



Continúa al reverso >

Asesoría sobre la salud para apoyar su éxito

Para ayudarle a lograr sus objetivos de bienestar, usted tiene la opción de trabajar con un asesor de salud.

Su asesor de salud será una enfermera certificada o un dietista certificado de PacificSource—o posiblemente ambos, dependiendo de sus necesidades individuales. Le pedimos que se comprometa a trabajar con su asesor de salud durante tres meses.



Si usted decide participar en el programa de asesoría sobre la salud, su asesor:

- Le ayudará a identificar sus objetivos y prioridades
- Le proporcionará información sobre los tratamientos y los cuidados para su padecimiento
- Le ayudará a descubrir sus puntos fuertes y las cosas que le motivan
- Trabjará junto con usted para establecer acciones semanales

Las sesiones de asesoría se realizan por teléfono en un horario adecuado para usted.

Para aprovechar al máximo la asesoría:

- Programe la llamada cuando pueda hablar tranquilamente sobre su salud y bienestar.
- Participe activamente en la conversación y evite las distracciones.
- Disfrute del tiempo. ¿Qué tan a menudo puede usted hablar con alguien sobre sus objetivos personales de salud? Aproveche este tiempo para usted y enfóquese en su cuidado personal.

Si usted decide trabajar con un asesor de salud, le informaremos a su médico. Le recomendamos que comparta con su médico la información de este programa y sus objetivos de salud.



Obtenga más información

Si usted desea obtener más información sobre el programa de Apoyo para Padecimientos o la asesoría de salud o si desea programar su primera consulta, envíe un email a YourSupport@PacificSource.com o llame al **888-987-5805**, TTY: 711.

El programa de Apoyo para Padecimientos está diseñado como un esfuerzo de cooperación entre usted, su proveedor de servicios de salud y su asesor de salud de PacificSource.