

STRONG **body**
mind



BOLETÍN PARA MIEMBROS
// VERANO 2019



DENVER HEALTH
MEDICAL PLAN INC.



AME LA PIEL EN LA QUE ESTÁ

¿Sabía que la piel es nuestro órgano más pesado y más grande, ya que pesa un promedio de 8 libras y abarca alrededor de 20 pies cuadrados? No es de extrañar que tenga tantas funciones. La más obvia es proteger nuestros órganos internos de los elementos externos. Además, nuestra piel ayuda a prevenir infecciones, retener agua y nutrientes, controlar la temperatura corporal y mucho más.

ANATOMÍA DE LA PIEL

La piel se compone de tres capas:

1. **Epidermis:** La capa más externa que produce nuevas células cutáneas y le da a la piel su tono.
2. **Dermis:** La capa media que contiene receptores sensoriales, folículos pilosos, vasos sanguíneos, elastina y una serie de glándulas.
3. **Tejido subcutáneo:** La capa más profunda, compuesta principalmente de grasa y colágeno, que absorbe los golpes y regula la temperatura corporal.

PROTECCIÓN CONTRA LOS ELEMENTOS

Entonces, ¿cómo nos protege exactamente nuestra piel?

El sol: cuando estamos expuestos al sol, nuestra piel produce melanina para absorber los peligrosos rayos ultravioleta (UV) que dañan nuestras células sanas de la piel; esto es lo que nos da un bronceado.

Temperaturas calientes y frías: cuando tenemos demasiado calor, la piel produce sudor y diluye nuestros vasos sanguíneos para mantenernos frescos. Cuando tenemos demasiado frío, nuestros vasos sanguíneos se contraen, y la piel se pone momentáneamente rugosa para atrapar el aire cálido y retener el calor.

Patógenos: las células cutáneas ubicadas en la epidermis actúan como barrera contra patógenos, como hongos, bacterias y virus.

PRODUCTOS PARA EL CUIDADO DE LA PIEL: ANTES DE COMPRAR

Cuando cuida mucho su piel, en realidad está ayudando a proteger todo su cuerpo. Es por eso que elegir los mejores productos para el cuidado de la piel es tan importante. Los productos para el cuidado de la piel más caros no son necesariamente los mejores, y si le parecen que son demasiado buenos para ser verdad, probablemente esté en lo cierto.

Si necesita en inglés alguna parte de la información contenida en este boletín, llame a Servicios del Plan de Salud al 303-602-2100 para DHMP o CHP+, 303-602-2090 para Elevate, 303-602-2116 para Medicaid Choice o al 303-602-2111 para Medicare Advantage.

If you need any of the information in this newsletter in English, please call Health Plan Services at 303-602-2100 for DHMP or CHP+, 303-602-2090 for Elevate, 303-602-2116 for Medicaid Choice or 303-602-2111 for Medicare Advantage.



Antes de comprar un producto, asegúrese de verificar cuidadosamente los ingredientes y la fecha de caducidad. Si el producto es demasiado viejo, puede tener bacterias dañinas que pueden causar erupciones, sarpullidos o incluso infecciones en la piel.

VERIFIQUE LOS INGREDIENTES

Cualquiera que sea su tipo de piel, los humectantes siempre deben contener un filtro con un factor de protección solar (Sun Protection Factor, SPF) de 30 o superior. Trate de evitar los filtros solares químicos que pueden irritar la piel.

Si tiene piel sensible, limite los ingredientes antienvjecimiento. En su lugar, elija ingredientes calmantes como polifenoles de té verde, aloe y manzanilla.

Si tiene la piel seca, tenga en cuenta que el alcohol, las fragancias y el ácido alfa hidróxido pueden despojar la piel de sus aceites naturales. Una crema o una pomada con manteca de karité, aceite de jojoba o aceite de oliva será mucho más calmante.

Si su piel es grasa, manténgase alejado de los productos con manteca de cacao, canela y aceite de coco, que pueden causar erupciones. Una mejor alternativa es un humectante ligero y un limpiador libre de aceite que no obstruirá los poros.

TRATAMIENTOS CASEROS PARA EL CUIDADO DE LA PIEL

Los tratamientos de cuidado de la piel caseros le pueden ahorrar mucho dinero, y probablemente ya tenga muchos de los ingredientes en su cocina. Pero incluso estos productos pueden causar irritación, así que siempre haga una prueba de parche en el brazo antes de aplicar algo al rostro. Los siguientes son algunos ejemplos de

tratamientos caseros que puede probar en su casa:

Limpiador de avena suave

Combine 1 cucharada de avena molida, 1 cucharada de semillas de girasol molidas, 1 cucharada de miel tibia y 2 cucharadas de yogur. Suavemente frote la mezcla en el rostro y el cuello. Deje reposar durante tres minutos y luego enjuague con agua tibia.

Máscara facial de clara de huevo

Mezcle una clara de huevo, 1 cucharada de yogur y ½ aguacate. Extienda uniformemente sobre el rostro y el cuello, y déjelo actuar durante 10 minutos. Enjuague con agua tibia.

Rocío de té verde calmante

Coloque dos bolsas de té verde durante 15 minutos en agua hirviendo. Retire las bolsas de té y agregue ½ taza de agua de rosas. Usando un atomizador, rocíe su piel. Conserve refrigerado en un recipiente sellado.

Con el cuidado adecuado, es fácil mantener la piel con un aspecto y una sensación geniales. Y recuerde, la piel sana ayuda a garantizar un cuerpo sano.

Fuentes:

medicalnewstoday.com/articles/320435.php
health.howstuffworks.com/skin-care/information/anatomy/how-much-skin-do-we-have.htm
hopkinsmedicine.org/health/wellness-and-prevention/sun-safety
skinpen.com/top-5-things-look-choosing-skincare-products/
huffpost.com/entry/7-things-dermatologists-would-never-put-on-their-skin_n_5accc20be4b0337ad1ebf6f9
rd.com/health/beauty/diy-skin-care/

CONSEJO DE NURSELINE (LÍNEA DE ENFERMERÍA): MANTÉNGASE HIDRATADO

Mantenernos hidratados es una de las mejores cosas que podemos hacer por nuestro cuerpo. Todos nuestros órganos, tejidos y células requieren agua para funcionar correctamente. Para la mayoría de las personas, la hidratación puede ser una tarea fácil. Una cantidad adecuada de agua por día para la mayoría de los adultos sanos es de 8 vasos de 8 onzas. Y aunque cualquiera puede deshidratarse, algunas personas corren un mayor riesgo, como los bebés, los niños y los ancianos.

CAUSAS COMUNES DE DESHIDRATACIÓN EN ADOLESCENTES Y ADULTOS

- » ejercicio, como senderismo, ejercicios en el gimnasio o actividad aeróbica
- » diarrea, vómitos o fiebre
- » consumo de alcohol
- » trabajo o ejercicio en climas cálidos y húmedos
- » elevación, que es un factor importante para los residentes y visitantes de Colorado

SIGNOS DE DESHIDRATACIÓN EN ADOLESCENTES Y ADULTOS

- » sed extrema
- » micción menos frecuente
- » orina de color oscuro
- » fatiga
- » mareo
- » confusión

Las complicaciones graves relacionadas con la deshidratación pueden incluir golpes de calor, infecciones del tracto urinario,

cálculos renales, insuficiencia renal, choque hipovolémico, convulsiones y más.

CONSEJOS PARA MANTENER EL CUERPO HIDRATADO

- » Mantenga una botella de agua con usted en todo momento y asegúrese de tener suficiente agua cuando viaje, haga senderismo, vaya de campamento, etc.
- » Beba líquidos hidratantes con cada comida y entre comidas.
- » Beba agua antes, durante y después de hacer ejercicio.
- » Si tiene hambre, beba agua; la necesidad de hidratación a menudo se confunde con hambre.
- » Comer frutas y verduras también puede ser hidratante. Ingiera sandías, fresas, pomelos, pepinos, lechuga iceberg, tomates y más.
- » Si tiene un teléfono inteligente, hay aplicaciones que puede descargar que le recordarán que debe beber agua.

Por: Shasta McGovern BSN, RN, NurseLine

Fuentes: [mayoclinic.org/diseases-conditions/dehydration/symptoms-causes/syc-20354086](https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/dehydration/symptoms-causes/syc-20354086); [mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/water/art-20044256](https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/water/art-20044256)

NurseLine (Línea de Enfermería) de Denver Health está disponible para hablar con usted acerca de cualquier inquietud o pregunta sobre la salud ¡las 24 horas del día, los 7 días de la semana! Llámelos al 303-739-1261.

Panqueques de verduras súper fáciles

INGREDIENTES

- 1.5 libras de verduras ralladas (3 tazas completas), peladas primero si es necesario y exprimidas para que queden secas
- 1/2 cebolla pequeña, rallada o finamente picada
- 1 huevo entero (o 2 claras de huevo), ligeramente batido
- 1/4 taza de harina, más o menos
- sal y pimienta negra recién molida
- aceite de oliva, aceite vegetal o mantequilla

*Nota: Los panqueques de verduras son una versión divertida y saludable de este alimento básico para el desayuno.
¡Añada otros ingredientes como mejor le parezca!*



INSTRUCCIONES

Caliente el horno a 275 °F. Ralle los vegetales a mano. Mezcle las verduras, la cebolla, el huevo y ¼ taza de harina. Espolvoree con sal y pimienta. Agregue un poco más de harina si la mezcla no se mantiene unida. Caliente a fuego medio-alto un poco de mantequilla o aceite en una sartén o plancha grande. Una vez derretida, añada cucharadas de la masa. Use un tenedor para extender las verduras en una capa uniforme y aplane un poco. Cocine dándolo vuelta una vez, hasta que esté bien dorado en ambos lados, unos 5 minutos. Sirva caliente o a temperatura ambiente.

OPCIONES DE ATENCIÓN EN EL MISMO DÍA

Cuando necesita atención hoy mismo y no puede acceder a consultar a su proveedor de atención primaria...



NURSELINE (LÍNEA DE ENFERMERÍA) ESTÁ AQUÍ PARA AYUDARLO.

Llame al **303-739-1261** y hable con una enfermera de Denver Health acerca de sus inquietudes sobre la salud sin costo. A veces, la enfermera puede llamar a la farmacia y solicitar un medicamento con receta por usted. El personal de enfermería de NurseLine (Línea de Enfermería) puede ayudarle a decidir cuál es el mejor plan para que usted reciba la atención que necesita, que puede incluir lo siguiente:

DISPATCHHEALTH IRÁ A USTED.



DispatchHealth es nuestro proveedor de atención médica a pedido que puede atender diversas lesiones y enfermedades en la comodidad de su hogar. Visite **dispatchhealth.com**, descargue la aplicación gratuita o llame al **303-500-1518**.

Nota: DispatchHealth es un beneficio cubierto para los miembros de los planes Medicare Advantage, Elevate y grupales de empleador. No es un beneficio cubierto para los miembros de Medicaid Choice y CHP+.

VISITE UN CENTRO DE ATENCIÓN DE URGENCIA.



Denver Health ofrece tres centros de atención de urgencia. Hay servicios pediátricos (abierto las 24 horas del día, los 7 días de la semana) y para adultos (abierto de lunes a viernes, de 7 a.m. a 8 p.m. | sábados y domingos, de 8 a.m. a 7 p.m.) por separado. Los centros de atención de urgencia se encuentran en el campus principal en 777 Bannock St., así como en Southwest Clinic for Pediatrics and Adults (Clínica Southwest para Niños y Adultos) en 1339 Federal Blvd. (abierta de lunes a viernes, de 9 a.m. a 8 p.m. | sábados y domingos, de 9 a.m. a 4 p.m., cerrada en días festivos).

Nota: Puede visitar cualquier centro de atención de urgencia que sea conveniente para usted. Su plan DHMP lo cubrirá en cualquier centro de atención de urgencia, en cualquier parte de los EE. UU.

SALA DE EMERGENCIAS.



Usted puede tener acceso a atención de emergencia las 24 horas del día, los 7 días de la semana, tanto para niños como para adultos, en el campus principal de Denver Health en 777 Bannock St. El Departamento de Emergencia Pediátrica de Denver Health (Denver Health Pediatric Emergency Department) está diseñado solo para niños y está completamente separado del Departamento de Emergencia para Adultos (Adult Emergency Department).

Nota: Si necesita atención de emergencia, diríjase al hospital más cercano o llame al 9-1-1. Su plan DHMP lo cubre en cualquier sala de emergencias, en cualquier lugar de EE. UU.

¿QUÉ HAY DE NUEVO CON SUS BENEFICIOS DE FARMACIA?

Sus beneficios de farmacia se actualizan muchas veces durante el año. Para ver qué ha cambiado, visite denverhealthmedicalplan.org. Coloque el cursor sobre *Current Members* (*Miembros actuales*), navegue hasta la página de su plan, haga clic en *Pharmacy* (*Farmacia*) y luego haga clic en *Formulary Updates* (*Actualizaciones del Formulario de medicamentos*) (para los planes Elevate, Medicaid Choice, CHP+ o grupales de empleador) o *Future Formulary Changes* (*Cambios futuros en el Formulario de medicamentos*) (para Medicare Advantage). Allí encontrará un enlace a un documento PDF que incluye los cambios en el *Formulario de medicamentos* de su plan, como medicamentos o genéricos que se agregaron, y ¡mucho más!

La página web de su plan y los documentos del *Formulario de medicamentos*, denominados *Gestión de Formulario de medicamentos* y farmacias (para los planes Elevate o grupales de empleador), *Formulario de medicamentos/Lista de medicamentos* (para Medicaid Choice y CHP+) o *Formulario de medicamentos* (para Medicare Advantage), proporcionan lo siguiente:

- » Una lista de medicamentos cubiertos, incluidas las restricciones y las preferencias.
- » Detalles sobre cómo utilizar el *Formulario de medicamentos* y los procedimientos de gestión farmacéutica.
- » Una explicación de los límites o cuotas.
- » Detalles sobre cómo los profesionales que realizan las recetas deben proporcionar información para respaldar una solicitud de excepción. (Las solicitudes que no son de urgencia pueden procesarse el siguiente día hábil).
- » El proceso de su plan para la sustitución de genéricos, el intercambio terapéutico y los protocolos de terapia escalonada.

POR QUÉ DEBE COMPLETAR UNA EVALUACIÓN DE RIESGOS PARA LA SALUD



**DENVER HEALTH
MEDICAL PLAN INC.**
Medicare Advantage

Si usted es miembro de Denver Health Medicare Choice o Denver Health Medicare Select, queremos ayudarle a obtener la atención que necesita!

Denver Health Medicare Advantage quiere que usted esté saludable y se sienta bien. Al responder las preguntas sobre la evaluación de riesgos para la salud (Health Risk Assessment, HRA), identificaremos sus riesgos de salud y trataremos de reducirlos. Cada año, le pediremos que complete una HRA para saber si hubo algún cambio en su salud. Esto también nos ayudará a saber si necesita más ayuda.

Sus respuestas a estas preguntas no afectan la cobertura de su seguro y pueden ser compartidas con su médico. Podemos trabajar con su médico y equipo de atención médica para tratar de mejorar su salud.

Le llamaremos para completar la HRA por teléfono o podemos enviarle la HRA por correo. Para completar la HRA, puede llamarnos al 720-440-6394. Los usuarios de TTY deben llamar al 711.

MEDICAID CHOICE: DETECCIÓN TEMPRANA Y PERIÓDICA, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO



El Servicio de Detección Temprana y Periódica, Diagnóstico y Tratamiento (Early and Periodic Screening, Diagnostic and Treatment, EPSDT) es un programa de Health First Colorado (Programa Medicaid de Colorado) que abarca servicios de prevención, diagnóstico y tratamiento para miembros de hasta 20 años de edad. Este programa tiene la finalidad de detectar problemas de salud de forma temprana. El objetivo es que los niños reciban la atención física, mental, auditiva, dental y de la visión que necesitan para su salud.

SU HIJO PUEDE RECIBIR ESTOS SERVICIOS SIN COSTO ALGUNO PARA USTED:

- » **servicios de habla**
- » **controles del niño sano**
- » **vacunas**
- » **terapias ocupacional o física**
- » **servicios médicos a domicilio**

La mayoría de los servicios de EPSDT están disponibles con Denver Health. Su médico también puede remitirlo a los servicios de Denver Health de manera externa. Si tiene preguntas acerca de los servicios de EPSDT, usted o su médico pueden comunicarse con Servicios del Plan de Salud al 303-602-2116. También puede llamar a Healthy Communities, que es un recurso gratuito de la comunidad para ayudarlo a buscar los servicios de EPSDT fuera de Denver Health. Si usted es un nuevo miembro, Healthy Communities se pondrá en contacto con usted para ayudarlo a unirse a una atención que sea importante para usted y su familia. Para obtener más información, visite colorado.gov/pacific/hcpf/healthy-communities o llame a su coordinador: tres condados (Adams, Arapahoe y Douglas) al 303-873-4404, condado de Denver al 303-602-6768, condado de Jefferson al 303-239-7027.



**Comuníquese con
Servicios del Plan de Salud
al 303-602-2116 para
obtener más información.**



NOSOTROS SALVAR VIDAS

ATENCIÓN DE EMERGENCIA Y URGENCIA



DENVER HEALTH™

est. 1860

FOR LIFE'S JOURNEY

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE EL PLAN

Como miembro valioso de DHMP, debe conocer ciertos derechos que tiene y responsabilidades que debe cumplir conforme a la ley federal.

LOS MIEMBROS TIENEN LOS SIGUIENTES DERECHOS:

- » A tener acceso a profesionales y personal que estén comprometidos a brindar atención médica de calidad a todos los miembros sin tener en cuenta la raza, la religión, el color, el credo, la nacionalidad, la edad, el sexo, la preferencia sexual, el partido político, la discapacidad o la participación en un programa con financiación pública.
- » A obtener los servicios disponibles y accesibles cubiertos por el contrato.
- » A recibir atención médica/de salud conductual que se basa en pruebas científicas objetivas y en relaciones humanas.
- » A estar libre de cualquier forma de restricción o reclusión como una manera de coerción, disciplina, conveniencia o represalia.
- » A tener un equipo, basado en la confianza, el respeto y la cooperación, entre el proveedor, el personal y el miembro que dará como resultado una mejor atención médica.
- » A ser tratado con cortesía, respeto y reconocimiento de su dignidad y derecho a la privacidad.
- » A recibir un trato igual y justo, sin distinción de raza, religión, color, credo, nacionalidad, edad, sexo, preferencia sexual, partido político, discapacidad o participación en un programa con financiación pública.
- » A elegir o cambiar su proveedor de atención primaria (Primary Care Provider, PCP) dentro de la red de proveedores, ponerse en contacto con su PCP cada vez que un problema de salud le preocupe y buscar una segunda opinión, si así lo desea, sin costo para usted.
- » A esperar que sus registros médicos y todo lo que le diga a su proveedor sean tratados de forma confidencial y no se divulguen sin su consentimiento, excepto cuando sea requerido o permitido por la ley.
- » A obtener copias de sus registros médicos o limitar el acceso a estos registros, conforme a la ley estatal y federal.
- » A conocer los nombres y cargos de los médicos, las enfermeras y otras personas que le prestan atención o servicios.
- » A sostener una discusión franca con su proveedor sobre las opciones de tratamiento adecuadas o médicamente necesarias para sus afecciones independientemente del costo o la cobertura de beneficios.
- » A participar con los proveedores en la toma de decisiones sobre su atención médica.
- » A solicitar o rechazar tratamiento hasta donde la ley lo permita y saber cuáles pueden ser las consecuencias.
- » A recibir atención de calidad e información sobre el Programa de Mejoramiento de la Calidad (MC) de DHMP.
- » A recibir información acerca de DHMP, sus servicios, sus profesionales y proveedores, y los derechos y responsabilidades de los miembros, así como recibir notificación inmediata de terminación u otros cambios de los beneficios, los servicios o la red de DHMP. Esto incluye cómo obtener servicios durante el horario de atención regular, la atención de emergencia, la atención fuera de horario, la atención fuera del área, las exclusiones y los límites sobre el servicio cubierto.
- » A obtener más información acerca de su PCP y sus calificaciones, como la facultad de medicina a la que asistió o dónde hizo su residencia. Visite denverhealthmedicalplan.org y haga clic en "FIND A PROVIDER" ("BUSCAR UN PROVEEDOR") para obtener nuestros directorios web, o llame a Servicios del Plan de Salud.
- » A expresar su opinión sobre DHMP o sus proveedores ante los órganos legislativos



o los medios de comunicación sin temor a perder los beneficios de salud.

- » A que se le expliquen todos los formularios de consentimiento u otros papeles que DHMP o sus proveedores le pidan que firme, a negarse a firmar dichos formularios hasta que los comprenda, a negarse a recibir tratamiento y a comprender las consecuencias de dicha decisión, a negarse a participar en proyectos de investigación, a tachar cualquier parte de un formulario de consentimiento que usted no desea que se aplique a su atención o a cambiar de parecer antes de someterse a un procedimiento para el cual ya haya prestado su consentimiento.
- » A instruir a los proveedores sobre sus deseos en relación con las instrucciones anticipadas (como poder notarial, testamento vital o donación de órganos).
- » A recibir atención en cualquier momento, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para afecciones de emergencia y a recibir atención dentro de las 48 horas para afecciones urgentes.
- » A contar con los servicios de un intérprete si los necesita al recibir atención médica.
- » A cambiar la inscripción durante los períodos en que las reglas y los reglamentos le permiten.
- » A tener opciones de remisiones a todos los proveedores de la red que estén calificados para ofrecer servicios especializados cubiertos; se aplican los copagos correspondientes.
- » A esperar que las remisiones aprobadas por DHMP no se puedan cambiar después de la autorización previa ni se puedan rechazar a posteriori, excepto en casos de fraude o abuso, o modificaciones en su condición de elegibilidad al momento de recibir el servicio.
- » A hacer recomendaciones sobre las políticas de derechos y responsabilidades de los miembros de DHMP.
- » A expresar una queja o a apelar una decisión relativa a la organización de DHMP o a la atención proporcionada, y

recibir una respuesta de acuerdo con el proceso de quejas/apelaciones.

LOS MIEMBROS TIENEN LA RESPONSABILIDAD DE:

- » Tratar a los proveedores y su personal con cortesía, dignidad y respeto.
- » Pagar todas las primas y costos compartidos aplicables (es decir, deducible, coseguro, copagos).
- » Concertar y mantener las citas, ser puntual, llamar si van a llegar tarde o tienen que cancelar una cita, tener su tarjeta de identificación de DHMP disponible en el momento del servicio y pagar los cargos por cualquier beneficio no cubierto.
- » Informar sobre sus síntomas y problemas a su PCP, y hacer preguntas, así como participar en la atención médica.
- » Informarse sobre el procedimiento o tratamiento, y pensar en ello antes de que se lleve a cabo.
- » Pensar acerca de las consecuencias de rechazar el tratamiento que su PCP sugiere.
- » Seguir los planes y las instrucciones de atención médica que haya acordado con su proveedor.
- » Proporcionar, en la medida de lo posible, la información y los registros correctos y necesarios que DHMP y sus proveedores necesiten para brindarle atención.
- » Comprender sus problemas de salud y participar, en la medida de lo posible, en el diseño de mutuo acuerdo de objetivos de tratamiento.
- » Expresar sus quejas e inquietudes de una manera educada y adecuada.
- » Aprender y saber sobre los beneficios del plan (es decir, cuáles servicios están cubiertos y cuáles no) y comunicarse con un representante de Servicios del Plan de Salud de DHMP ante cualquier pregunta.
- » Informar a los proveedores o a un representante de DHMP cuando no le satisfaga la atención o el servicio.
- » Notificar a DHMP de cualquier seguro de terceros, incluido Medicare.



**DENVER HEALTH
MEDICAL PLAN** INC.™

777 Bannock St., MC 6000
Denver, CO 80204

LETRAS GRANDES U OTROS

IDIOMAS: si necesita este boletín en letras grandes, en otros formatos u idiomas, o que se lo lean en voz alta, o si necesita otra copia, llame al 303-602-2116 o al 1-800-700-8140. Los usuarios de TTY deben llamar al 711. Puede llamar de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m. sin costo. If you speak English, we have free assistance services available in your language. Call 1-800-700-8140 (State Relay 711).



UN MENSAJE DE NUESTRO DIRECTOR GENERAL

Ahora es el momento en que publicamos nuestro informe anual que muestra nuestras finanzas del año anterior. **El informe anual de 2018 está disponible en nuestro sitio web en: denverhealthmedicalplan.org/denver-health-medical-plan-annual-report.**

Estamos orgullosos de ser su compañía aseguradora y continuaremos brindándole seguro de salud local sin fines de lucro durante muchos años.

¡Esperamos que los meses de verano le den tiempo para disfrutar del aire libre y encontrar nuevas formas de trabajar en sus objetivos de salud!

GREG MCCARTHY

Director general y director ejecutivo
Denver Health Medical Plan, Inc.

