

# SEPA ANTES DE IR

## Si necesita recibir algún tipo de cuidado, tiene alternativas.

Disfrute del acceso a médicos en todo el condado de San Diego con el plan **Scripps Select**. Reciba cuidado de proveedores reconocidos, en centros y hospitales premiados<sup>1</sup> y disfrute, a la vez, de los servicios de un plan de salud personalizado a través de Cigna.

Con este plan, usted elige un médico de cuidado primario (PCP, por sus siglas en inglés) de la red para que se ocupe de sus necesidades médicas de rutina y le guíe en el cuidado que reciba. Su PCP le referirá a especialistas de la red cuando sea necesario.<sup>2</sup> Sin embargo, si necesita recibir algún tipo de cuidado para una situación que no representa un riesgo para la vida, cuando el consultorio de su médico está cerrado o no está disponible, considere la posibilidad de visitar un centro de cuidado de urgencia o una clínica HealthExpress.

### Para ahorrar dinero y a veces tiempo, elija la opción que se ajuste a sus necesidades.

	EL CONSULTORIO DE SU MÉDICO DE CUIDADO PRIMARIO	SCRIPPS HEALTHEXPRESS	CENTRO DE CUIDADO DE URGENCIA <sup>3,4</sup>	SALA DE EMERGENCIAS DE UN HOSPITAL <sup>4</sup>
CUÁNDO	<b>El primer lugar adonde debe llamar si tiene un problema que no representa un riesgo para la vida</b>	<b>Para enfermedades y lesiones leves de personas de 5 años o más</b>	<b>Para necesidades médicas urgentes que no representan un riesgo para la vida</b>	<b>Para enfermedades o lesiones que representan un riesgo para la vida</b>
INFORMACIÓN GENERAL Y DISPONIBILIDAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>Su médico de cuidado primario conocerá sus necesidades y su historia clínica, y le referirá a especialistas de la red</li> <li>Muchas veces ofrece citas para el mismo día o el día siguiente</li> <li>Es posible que algunos consultorios tengan un horario de atención extendido o que atiendan los sábados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sin necesidad de cita previa</li> <li>Vaya el mismo día, los 7 días de la semana</li> <li>Llame al 858-554-7439 o visite <a href="http://ScrippsHealthExpress.org">ScrippsHealthExpress.org</a> para reservar su lugar en la fila de lunes a viernes, de 7 a.m. a 9 p.m.; los sábados y feriados, de 8 a.m. a 5 p.m.</li> <li>El horario de atención de las clínicas pediátricas HealthExpress (Rancho Bernardo y Carmel Valley) es de lunes a viernes, de 7 a.m. a 9 p.m.; los sábados y feriados, de 8 a.m. a 5 p.m.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Integrado por enfermeras y médicos</li> <li>Suele estar abierto por la noche y los fines de semana</li> <li>Generalmente tiene su propio edificio</li> <li>Se puede ir sin cita previa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Abierto las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para el tratamiento inmediato de lesiones o enfermedades críticas</li> <li>No se necesita cita</li> <li>Los tiempos de espera pueden ser largos para afecciones que no representan un riesgo para la vida<sup>5</sup></li> </ul>
EJEMPLOS DE TRATAMIENTO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trata casi cualquier tipo de lesiones o enfermedades que no representan un riesgo para la vida</li> <li>Enfermedades y lesiones comunes</li> <li>Cuidado/chequeos preventivos</li> <li>Vacunas y exámenes de detección</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Infecciones urinarias</li> <li>Dolor de garganta y faringitis</li> <li>Alergias y asma</li> <li>Síntomas gripales</li> <li>Afecciones cutáneas</li> <li>Otitis y dolor de oídos</li> <li>Sinusitis</li> <li>Picaduras de insectos</li> <li>Cortes o quemaduras leves</li> <li>Vacunas, incluidas para la gripe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lesiones deportivas</li> <li>Cortes, esguinces, quemaduras o sarpullidos leves</li> <li>Fiebre y síntomas gripales</li> <li>Dolores de cabeza</li> <li>Dolor lumbar</li> <li>Dolor articular</li> <li>Síntomas respiratorios leves</li> <li>Infecciones urinarias</li> </ul>	Para enfermedades o lesiones traumáticas, graves y que representan un riesgo para la vida: <ul style="list-style-type: none"> <li>Dolor de pecho</li> <li>Lesiones en la cabeza</li> <li>Sangrado abundante/cortes profundos</li> <li>Dificultad para respirar</li> <li>Convulsiones</li> <li>Fracturas</li> </ul>
COSTO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Consulte su tarjeta de identificación para conocer el beneficio para visitas al consultorio de su PCP</li> <li>Menor costo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>El mismo costo que una visita al consultorio del PCP, consulte su tarjeta de identificación</li> <li>Menor costo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Según los servicios brindados, los costos suelen ser menores que los de una visita a la sala de emergencias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>El costo más alto</li> </ul>

Si no tiene clara la gravedad de su lesión o enfermedad, debe llamar al 911 o ir a la sala de emergencias de un hospital. Si tiene preguntas sobre su plan, llame al 800.244.6224 o llame al número que figura en la parte de atrás de su tarjeta de identificación después de la fecha de entrada en vigor de su plan.



Como miembro del plan Scripps Select, usted tiene acceso a la red Southern California Select. Elija un médico o centro de la red para recibir la cobertura del plan.<sup>6</sup>

## Redes de médicos

Scripps Clinic

Scripps Physicians Medical Group

Scripps Coastal Medical Center

Mercy Physicians Medical Group, Inc.

## Hospitales

Nombre	Dirección	Ciudad	Código postal	Teléfono
Scripps Green Hospital	10666 N. Torrey Pines Road	La Jolla	92037	858.554.9100
Scripps Memorial Hospital, Encinitas	354 Santa Fe Drive	Encinitas	92024	760.633.6501
Scripps Memorial Hospital, La Jolla	9888 Genesee Avenue	La Jolla	92037	858.626.4123
Scripps Mercy Hospital, Chula Vista	435 H Street	Chula Vista	91910	619.691.7000
Scripps Mercy Hospital, San Diego	4077 5th Avenue	San Diego	92103	619.294.8111
Rady Children's Hospital (Pediatria)	3020 Children's Way	San Diego	92123	858.576.1700

## Clínicas y centros médicos

Algunos establecimientos tienen un horario de atención extendido, que incluye las noches y los fines de semana, y se indican con un [\*]. Comuníquese con el establecimiento para conocer los detalles.

Nombre	Dirección	Ciudad	Código postal	Teléfono
Scripps Clinic, Carmel Valley *	3811 Valley Centre Drive	San Diego	92130	858.764.3000
Scripps Clinic, Coronado (Dermatología)	1317A Ynez Place	Coronado	92118	858.554.9493
Scripps Clinic, Del Mar	12395 El Camino Real	San Diego	92130	800.727.4777
Scripps Clinic, John R. Anderson V Medical Pavilion	9898 Genesee Avenue	San Diego	92037	858.824.5000
Scripps Clinic, La Jolla (Especialistas)	9333 Genesee Avenue, Suite 170	San Diego	92121	858.882.8350
Scripps Clinic, La Jolla (Obstetricia/ginecología)	9834 Genesee Avenue	San Diego	92121	858.554.7550
Scripps Clinic, Mission Valley *	7425 Mission Valley Road	San Diego	92108	619.245.2790
Scripps Clinic, Mission Valley (Cuidado primario)	7565 Mission Valley Road	San Diego	92108	619.245.2810
Scripps Clinic, Rancho Bernardo *	15004 Innovation Drive	San Diego	92128	858.487.1800
Scripps Clinic, Rancho San Diego *	10862 Calle Verde	La Mesa	91941	619.670.5400
Scripps Clinic, Rancho San Diego *	3835 Avocado Blvd	La Mesa	91941	619.670.5400
Scripps Clinic, Santee *	278 Town Center Parkway, Suite 105	Santee	92071	619.713.7880
Scripps Clinic, Sorrento Valley	5405 Morehouse Drive, Suite 100	San Diego	92121	858.554.6394
Scripps Clinic, Torrey Pines *	10666 North Torrey Pines Road	San Diego	92037	858.554.9100
Scripps Coastal Medical Center, Carlsbad *	2176 Salk Avenue	Carlsbad	92008	760.827.7200
Scripps Coastal Medical Center, Eastlake *	971 Lane Avenue	Chula Vista	91914	619.502.7300
Scripps Coastal Medical Center, Encinitas (Cuidado primario/pediatria)*	477 N. El Camino Real	Encinitas	92024	760.479.3900
Scripps Coastal Medical Center, Encinitas (Obstetricia/ginecología)	322 Santa Fe Drive, Suite 115	Encinitas	92024	760.753.7143
Scripps Coastal Medical Center, Escondido *	488 E. Valley Parkway, Suite 411	Escondido	92025	760.806.5700
Scripps Coastal Medical Center, Hillcrest *	501 Washington Street, Suites 525 and 600	San Diego	92103	619.278.3300
Scripps Coastal Medical Center, Oceanside - Mission Avenue	4318 Mission Avenue	Oceanside	92057	760.901.5010
Scripps Coastal Medical Center, Oceanside - Vista Way (Obstetricia/ginecología)	3998 Vista Way, Suite C-202	Oceanside	92056	760.901.5000
Scripps Coastal Medical Center, Solana Beach *	380 Stevens Avenue, Suite 100	Solana Beach	92075	858.554.9800
Scripps Coastal Medical Center, Vista *	130 Cedar Road	Vista	92083	760.806.5500

## Clínicas de atención sin turno Scripps HealthExpress

Atención médica sin cita previa, el mismo día, los siete días de la semana. No necesita hacer cita previa. Abierto de lunes a viernes, de 7 a.m. a 9 p.m.; sábados y domingos, de 9 a.m. a 5 p.m.

Nombre	Dirección	Ciudad	Código postal	Teléfono
Scripps HealthExpress, Carlsbad	2176 Salk Avenue	Carlsbad	92008	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Carmel Valley	3811 Valley Centre Drive	San Diego	92130	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Carmel Valley (Pediatria)	3811 Valley Centre Drive	San Diego	92130	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Cedar +	130 Cedar Road	Vista	92083	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Eastlake	971 Lane Avenue	Chula Vista	91914	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Encinitas +	477 N. El Camino Real	Encinitas	92024	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Hillcrest	501 Washington Street	San Diego	92103	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Mission Valley	7565 Mission Valley Road, Suite 200	San Diego	92108	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Oceanside	4318 Mission Avenue	Oceanside	92057	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Rancho Bernardo	15004 Innovation Drive	San Diego	92128	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Rancho Bernardo (Pediatria)	15004 Innovation Drive	San Diego	92128	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Rancho San Diego +	10862 Calle Verde	La Mesa	91941	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Solana Beach	380 Stevens Avenue	Solana Beach	92075	858.554.7439
Scripps HealthExpress, Torrey Pines	10666 North Torrey Pines Road	San Diego	92037	858.554.7439

+ La inauguración de la clínica será a fines de septiembre de 2018.

Las clínicas atienden a pacientes de 5 años o más. Las clínicas pediátricas atienden a pacientes desde los 3 meses hasta los 17 años. Llame a Scripps HealthExpress al **858.554.7439** o visite **ScrippsHealthExpress.org** para reservar su lugar en la fila.

## Centros de cuidado de urgencia

Nombre	Dirección	Ciudad	Código postal	Teléfono
<b>Scripps Clinic y Scripps Coastal Medical Centers</b>				
Scripps Clinic, Rancho Bernardo	15004 Innovation Drive	San Diego	92128	858.487.1800
Scripps Clinic, Torrey Pines ☼	10666 North Torrey Pines Road	San Diego	92037	858.554.9100
Scripps Coastal Medical Center, Vista	130 Cedar Road	Vista	92083	760.806.5500

Comuníquese con su PCP para obtener información sobre otros centros de cuidado de urgencia a los que pueda ir.

### Scripps Physicians Medical Group y Mercy Physicians Medical Group

Comuníquese con su PCP para obtener información sobre los centros de cuidado de urgencia a los que puede ir.

☼ Abierto las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

Como miembro, usted tiene el plan médico Scripps Select HMO. Esta lista puede tener algunas diferencias con respecto a los proveedores incluidos en los directorios de proveedores de **Cigna.com** o **myCigna.com**. Para obtener más información, llame al **800.244.6224**, después de la fecha de entrada en vigor llame al número que figura en la parte de atrás de su tarjeta de identificación.

## Centros adicionales

Nombre	Dirección	Ciudad	Código postal	Teléfono
Prebys Cardiovascular Institute	9896 Genesee Avenue	La Jolla	92037	858.626.4123
Scripps MD Anderson Cancer Center	10670 John Jay Hopkins Drive	La Jolla	92121	858.554.4100

Para obtener más información y para acceder a la información más actualizada, visite **Cigna.com** y haga clic en **Find a Doctor, Dentist or Facility** (Buscar un médico, un dentista o un centro). Una vez que sea miembro, visite **myCigna.com**. También puede llamar a Servicios a los Miembros en cualquier momento al **800.244.6224**.



1. 2018-2019 Best Regional Hospitals "Best Hospitals in San Diego, Calif." *U.S. News & World Report*. <https://health.usnews.com/best-hospitals/area/san-diego-ca>.
2. Puede consultar a algunos proveedores, como obstetras/ginecólogos, sin una referencia. No se requieren referencias para los servicios de emergencia y la mayoría de los servicios de cuidado de urgencia. Para conocer detalles, consulte los materiales de su plan o llame al 800.244.6224.
3. También dispone de salas de emergencias independientes para emergencias que no representan un riesgo para la vida. Como estas salas de emergencias no están dentro de ningún hospital, es posible que parezcan centros de cuidado de urgencia. Si bien son convenientes, estos centros tienden a facturar la misma tarifa que las salas de emergencias de los hospitales. Los servicios de emergencia definidos en los documentos del plan tienen cobertura al nivel de beneficios dentro de la red.
4. Los servicios de atención de emergencia y cuidado de urgencia fuera de la red que cumplan con los requisitos (según se define en los documentos de su plan).
5. "America's Emergency Care Environment, A State-by-State Report Card – 2014", American College of Emergency Physicians (ACEP).
6. Los proveedores fuera de la red no tienen cobertura del plan, salvo en caso de una emergencia o para servicios de cuidado de urgencia, según se define en los documentos de su plan.

Esta información tiene fines educativos únicamente. Se recomienda que tenga en cuenta todos los factores relevantes y que consulte al médico a cargo de su tratamiento en el momento de elegir un proveedor de cuidado de la salud. Durante una emergencia médica, vaya al hospital más cercano o llame al 911. Los proveedores que participan en la red de Cigna son contratistas independientes exclusivamente responsables del tratamiento que brindan a sus pacientes. No son agentes de Cigna.

**Exclusiones y limitaciones:** Todos los planes de salud y las pólizas de seguros de salud tienen exclusiones y limitaciones. Se aplican requisitos de copago, coseguro y deducible. Este folleto describe los aspectos destacados de su plan. Para ver una lista completa de los servicios cubiertos y no cubiertos, consulte los documentos de su plan.

Todos los productos y servicios de Cigna son brindados exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, que incluyen a Cigna Health and Life Insurance Company, Cigna Behavioral Health, Inc. y HMO subsidiarias o compañías de servicios subsidiarias de Cigna Health Corporation, incluida Cigna HealthCare of California, Inc. El nombre de Cigna, el logo y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc.