



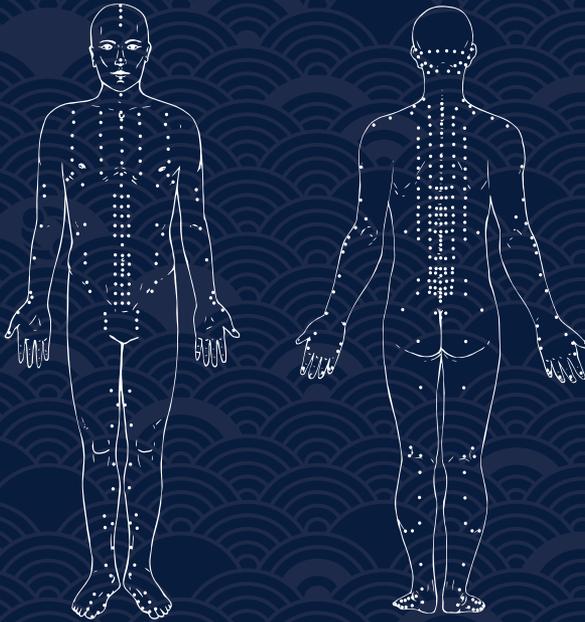
Guía de Clever de

Medicina Oriental



En Clever Care, nos concentramos en el bienestar completo de la persona.

Nuestros planes Medicare Advantage combinan terapias de curación milenarias de la medicina oriental con las prácticas innovadoras de la medicina occidental.



Antecedentes de la medicina oriental

La medicina oriental explora la estrecha relación entre el cuerpo humano y su ámbito natural. Se utilizan métodos de tratamiento naturales como acupuntura, hierbas medicinales y la terapia con ventosas (cupping). Además, el ejercicio de equilibrio energético apoya el bienestar del cuerpo y de la mente. La combinación de estas técnicas mejora el manejo de afecciones crónicas, minimiza los síntomas y mejora la prevención de enfermedades.

Beneficios de la medicina oriental para la salud

La medicina oriental es un sistema médico de 2,000 años de antigüedad, derivado de la teoría de que “Qi” (la fuerza vital) fluye por todo el cuerpo.

Cuando el Qi se ve comprometido, el cuerpo es susceptible a enfermarse. Los especialistas que utilizan la medicina oriental entienden que la causa de los problemas de salud puede ser un desequilibrio en el cuerpo, en lugar de considerar que cada problema de salud es un diagnóstico aislado que puede tratarse con medicamentos.



Acupuntura



Suplementos herbales

Acupuntura

La acupuntura es un tratamiento en el que se utilizan agujas para controlar el dolor, por ejemplo, los dolores de cabeza, el codo de tenista, el dolor miofascial, el dolor lumbar o el dolor de dientes después de una cirugía. También se utiliza para mejorar la funcionalidad de pacientes con artrosis, fibromialgia, asma, o síndrome del túnel carpiano.

La **electroacupuntura** es un tipo de acupuntura que utiliza la estimulación eléctrica para ayudar a los pacientes a controlar el dolor.

Taichí

La suave meditación en movimiento del taichí ayuda a mejorar las funciones cognitivas en los adultos mayores, además de aportar beneficios físicos. En general,

el taichí ayuda a las personas que sufren artrosis, dolor, depresión, falta de confianza en el equilibrio, caídas generales y pueden mejorar el control de la hipertensión.

Suplementos herbales

Los suplementos de hierbas como aceite de flores blancas, nidos comestibles y muchos otros se han utilizado en muchas culturas asiáticas durante miles de años para tratar una multitud de problemas de salud. La terapia herbal trata los problemas de salud restaurando el equilibrio del cuerpo y mejorando la resistencia a la enfermedad. Los suplementos de hierbas han mostrado efectos en la antiinflamación, la antioxidación, la antiapoptosis y la autofagia.



**Terapia con ventosas
(cupping)**



Reflexología

Tui Na

El Tui Na es un método de masajes diseñado para aumentar la fuerza muscular, la flexibilidad, el equilibrio y el acondicionamiento aeróbico.

Terapia con ventosas (cupping)

La terapia con ventosas es una técnica en la que se colocan ventosas de plástico o de vidrio sobre el cuerpo. La presión dentro de la ventosa levanta la piel y el músculo para ayudarles en varias dolencias. El dolor de articulaciones, el dolor de espalda y de cuello, la artritis, los abscesos y la parálisis facial son algunos de los problemas tratados con ventosas.

Masajes y Reflexología

Los masajes y la reflexología

pueden mejorar el bienestar general, particularmente en personas con enfermedades crónicas. Los beneficios incluyen un mejor sueño, control del estrés y mayor relajación.

Tratamientos de MedX™

MedX es una marca de equipos de rehabilitación avanzados diseñados específicamente para aislar y tratar el dolor de espalda crónico y la disfunción. Los tratamientos reducen el dolor de espalda crónico y la disfunción a través de ejercicios específicos de fortalecimiento de la columna utilizando máquinas de extensión lumbar y cervical MedX. MedX se enfoca en aumentar la fuerza, así disminuyendo la presión en la columna y las raíces nerviosas, ultimadamente reduciendo el dolor.

El enfoque de Clever Care

Clever Care está comprometida con brindar atención con un enfoque en los tratamientos preventivos mediante la integración de la medicina oriental y la medicina occidental. Mientras que el tratamiento de la enfermedad con la medicina occidental es fundamental para afecciones a largo plazo, la medicina oriental se enfoca en manejar el estrés y devolverle al cuerpo su equilibrio natural. La medicina oriental promueve la práctica de enfocar la energía de la persona en adaptar su propio estilo de vida más allá del diagnóstico. Juntos, los principios de Oriente y Occidente crean una solución de atención médica equilibrada que promueve medidas preventivas, atención especializada, curación y el manejo de problemas crónicos.



Les recomendamos a quienes están interesados en probar los suplementos herbales o cualquier terapia de bienestar o acupuntura que hable con su médico antes de comenzar un régimen o tratamiento. Procure obtener servicios de médicos acupunturistas y herbalistas capacitados para garantizar calidad y seguridad.

Visítenos o llámenos para obtener más información.
es.clevercarehealthplan.com | (833) 365-1888 (TTY: 711)



Nuestros beneficios de la medicina oriental

Además de los competitivos beneficios médicos y de medicamentos con receta, los planes Clever Care Medicare Advantage HMO ofrecen cobertura para los servicios de medicina oriental sin costo adicional.



Acupuntura

Los planes incluyen visitas a proveedores de acupuntura contratados, sin necesidad de referencias. También hay tratamientos de bienestar orientales adicionales disponibles para terapias alternativas realizadas en un centro de acupuntura contratado.

Los servicios incluyen:

- Cupping/Moxa
- Tratamientos de Med-X
- Tui Na
- Gua Sha/IASTM
- Reflexología

Suplementos herbales

Los suplementos de hierbas están indicados para el tratamiento de afecciones como alergias, ansiedad, artritis, dolor de espalda, eccema, fatiga, insomnio, síntomas de la menopausia, obesidad y muchas otras.

Los suplementos herbales cubiertos incluyen los siguientes:

- Ginseng coreano
- Aceite de flores blancas
- Nido comestible
- Aceite medicinal Se Ci Yu
- Pei Pa Koa (para la tos)
- Cordyceps
- Tiger Balm
- Eagle Brand
- Fufang Ejiao Jiang (para la energía/anemia)
- Yunnan Baiyao
- Weitai 999 (para la acidez estomacal)
- Bu Xin Wan (para el corazón)

Cientos de otros suplementos de hierbas están disponibles a través de un Plan Medicare Advantage de Clever Care.

Visite es.clevercarehealthplan.com/flexbenefits para obtener una lista de las sucursales participantes.

Salud y Bienestar centrados en ti

¡Los miembros de Clever Care tienen flexibilidad y opciones cuando se trata de bienestar!



Con Clever Care, obtiene cobertura médica y de medicamentos recetados, además de una amplia gama de beneficios suplementarios, que incluyen:



Servicios dentales



Suplementos de hierbas



Visión



Visitas de bienestar oriental



Beneficios de audición



Acupuntura



Artículos de venta libre



Traslados a tu médico



Acondicionamiento físico



Dispositivo de alerta médica (Personal Emergency Response System, PERS)

Soluciones de atención médica
adaptadas culturalmente
**Estamos comprometidos con el bienestar
integral de nuestros miembros.**

Clever Care Health Plan es un plan HMO y HMO C-SNP que tiene contrato con Medicare. La inscripción depende de la renovación del contrato. Los productos y las declaraciones hechas sobre productos específicos de suplementos de hierbas comprados mediante el beneficio Clever Care Flexible Health & Wellness no han sido evaluados por la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (Food and Drug Administration, FDA) y no están aprobados para diagnosticar, tratar, curar o prevenir enfermedades. Algunos suplementos de hierbas pueden causar interacciones con sus medicamentos recetados. Por favor, consulte con su clínico o médico.



7711 Center Avenue
Suite 100
Huntington Beach, CA 92647

Llame a Clever Care para obtener más información

(833) 365-1888 (TTY: 711)
es.clevercarehealthplan.com

O comuníquese con su agente de confianza



**Si es miembro de Clever Care,
llame a este número de teléfono:**

(833) 388-8168 (TTY: 711)
Del 1.º de octubre al 31 de marzo
de 8:00 a. m. a 8:00 p. m., los 7 días de la semana

Del 1.º de abril al 30 de septiembre
de 8:00 a. m. a 8:00 p. m., de lunes a viernes