

Estimado miembro,

### **Obtenga recompensas con SelectHealth Share® por reducir su riesgo de diabetes.**

Nuestro plan Select Health Share se centra en ayudarlo a mantenerse saludable. Nuestros registros muestran que tiene uno o más factores de salud que pueden ponerlo en riesgo de desarrollar diabetes. Esto no necesariamente significa que tenga prediabetes, pero es importante tomar medidas para prevenir la diabetes. Es por eso que queremos recompensarlo por tomar medidas para reducir su riesgo invitándolo a participar en las actividades de prevención de la diabetes de Share. Participe en cualquiera de estas actividades **opcionales** y gane recompensas de bonificación anuales por cada actividad que complete:

- > **Recompensa de \$20: Prediabetes 101.** Asista a una clase de dos horas gratuita, de forma virtual o presencial.
- > **Recompensa de \$40: Entrenador de salud.** Hable por teléfono dos veces con un entrenador de salud de Select Health (las sesiones deben realizarse por lo menos con 30 días de separación).
- > **Recompensa de \$60: Terapia de nutrición médica.** Reúnase con un dietista durante al menos tres sesiones. El plan Share cubre hasta cinco sesiones sin costo para usted.
- > **Recompensa de \$120: Way to Wellness.** Asista a 16 clases de nutrición durante seis meses y gane \$60. Luego asista a siete clases más durante los próximos seis meses para ganar otros \$60. Si completa las 23 clases, su plan Select Health Share cubrirá el programa sin costo para usted.

### **¿Por qué es importante la prevención de la diabetes?**

La diabetes es uno de nuestros mayores problemas de salud pública. La diabetes y la prediabetes pueden hacer que los niveles de azúcar en sangre aumenten más de lo normal. Esto conduce a complicaciones a largo plazo como enfermedades cardíacas, daño a los nervios, daño a los riñones y más. Incluso si hace pequeños cambios en el estilo de vida puede reducir su riesgo: cuanto antes intervenga, mejores serán sus resultados.

### **¿Cómo obtengo una recompensa de reconocimiento de Share?**

Este no es un compromiso obligatorio de Share. Sin embargo, puede obtener recompensas de bonificación anuales por participar en las actividades opcionales enumeradas a continuación. Para ver su progreso y canjear recompensas, inicie sesión en **selecthealth.org** y vaya a la tarjeta de Prevención de la diabetes en su página de Tareas.

### **¿Qué hago si necesito ayuda para registrarme o tengo otras preguntas?**

Llame a Servicios para miembros al **800-538-5038** para preguntar sobre el Programa de prevención de la diabetes y recompensas de Share o para obtener instrucciones sobre cómo inscribirse en una actividad de prevención de la diabetes de Share.

Atentamente,

Su equipo de productos Select Health Share

1. *Debido a los tiempos de procesamiento de reclamaciones, espere al menos 30 días después de completar un compromiso antes de preguntar si falta una tarjeta en la página de Tareas.*
2. *Es posible que la tarjeta de Prevención de la diabetes no aparezca en su página de Tareas hasta 48 horas después de haber creado una cuenta de Select Health.*

*\*Las recompensas totales de bienestar e incentivos para los miembros inscritos en varios programas de Select Health están limitadas a \$580 por año calendario por familia inscrita. Las recompensas recibidas pueden considerarse como ingresos y estar sujetas a impuestos.*

Select Health respeta las leyes federales de derechos civiles. No le brindaremos un trato diferente por motivos de raza, color, origen étnico o nacionalidad, edad, discapacidad, religión, credo, idioma, clase social, orientación sexual, identidad o expresión de género,

o estado de veterano.

Esta información está disponible sin costo en otros idiomas y en formatos alternativos.

ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística.

注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電

Select Health Advantage: **855-442-9900** (TTY: 711) / Select Health: **800-538-5038**