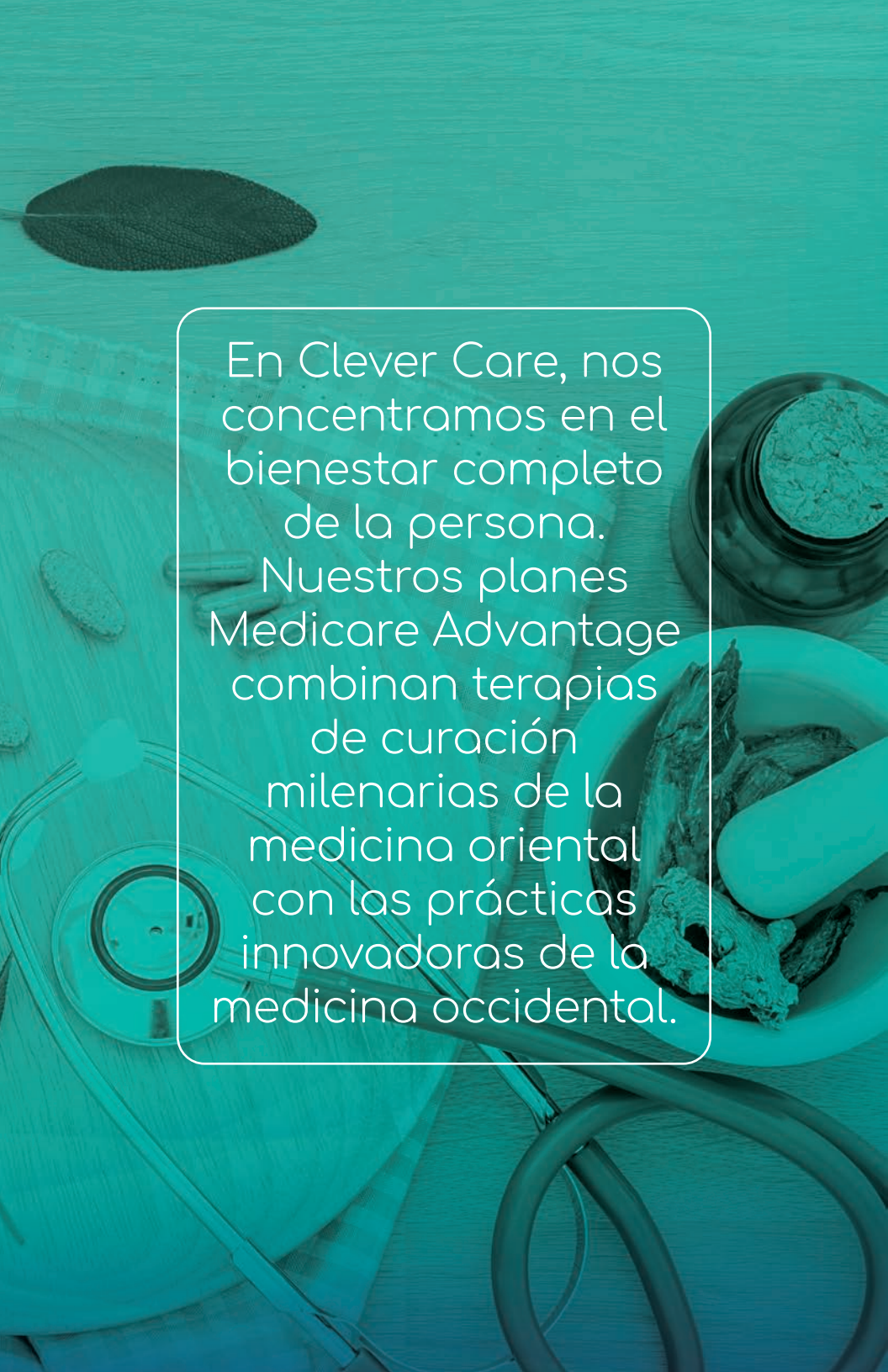


Guía Clever de la  
**Medicina  
Oriental**

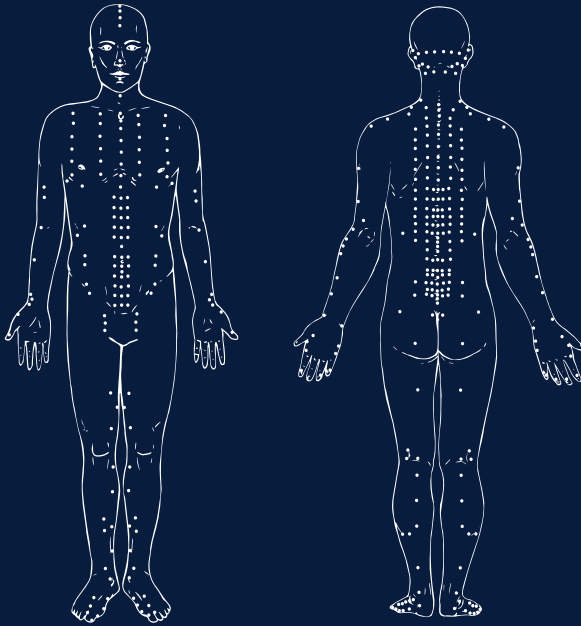






En Clever Care, nos  
concentramos en el  
bienestar completo  
de la persona.

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 Chi 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 es un desequilibrio del cuerpo más que un diagnóstico directo y una perspectiva de tratamiento.



Acupuntura



Suplementos herbales

## Acupuntura

---

La acupuntura es un tratamiento en el que se utilizan agujas para aliviar el dolor, como 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.

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

## Taichí

---

El taichí mejora el metabolismo cerebral y la energía muscular en adultos mayores. En general, el taichí ayuda a las personas que sufren artrosis, dolor, depresión, falta de confianza, 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 muchos 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 herbales han mostrado efectos en la antiinflamación, la antioxidación, la antiapoptosis y la autofagia.

## 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)**



**Reflexología**

## 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 ayudarlos 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. También ayudan a dormir mejor, controlar el estrés y mejorar la 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. Desarrollados por Arthur Jones, el fundador de los equipos para hacer ejercicio Nautilus, 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, disminuir la presión en la columna y las raíces nerviosas, y en última instancia reducir 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 salud 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](https://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 derivaciones. También hay tratamientos de bienestar orientales adicionales disponibles para terapias alternativas realizadas en un centro de acupuntura contratado.

### Los servicios incluyen:

- Cupping/Moxa
- Tratamientos 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, cansancio, insomnio, síntomas de la menopausia, obesidad y muchas otras.

### Los suplementos herbales cubiertos incluyen los siguientes:

- Ginseng coreano
- Aceite de flores blancas
- Nido comestible
- Se Ci Yu Medicated Oil
- 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)

Tenga en cuenta que esta es una lista parcial de suplementos cubierto sujeta a cambio.

Visite [es.clevercarehealthplan.com/list-of-eastern-medicine](https://es.clevercarehealthplan.com/list-of-eastern-medicine) para averiguar si un suplemento que le gustaría usar está cubierto.



## Asignación flexible para la salud y el bienestar

---

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

Alentamos a nuestros miembros a cuidar su salud general. Para mejorar el acceso a sus beneficios de bienestar, ofrecemos una asignación flexible que puede utilizarse para:



Actividades de acondicionamiento físico elegibles (golf, membresía en gimnasios, clases de acondicionamiento físico y más)



Artículos de venta libre (medicamentos para el dolor sin receta, vitaminas, vendas y más)



Suplementos de Hierbas

Con algunos planes, puede elegir cómo gastar su asignación en cualquier combinación de estos artículos/servicios aprobados. Los miembros recibirán una tarjeta de débito con asignación flexible de Clever Care. Después de activar la tarjeta, puede comprar productos y servicios calificados con sus fondos disponibles. Los montos de asignación y otros requisitos varían según el plan. Elija el plan que se adapte a sus necesidades únicas de salud general.



## Nuestro compromiso con la atención integral

Estamos comprometidos con el bienestar integral de nuestros miembros. Además de la cobertura médica, de medicamentos con receta y de la medicina oriental, nuestros planes Medicare Advantage incluyen beneficios dentales, de la vista y audición sin costo adicional.

Para obtener más información sobre nuestros planes, llámenos al **(833) 365-1888 (TTY: 711)\*** o visite **[es.clevercarehealthplan.com](https://es.clevercarehealthplan.com)**.

---

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. \*El horario de atención es de 8 a.m. a 8 p.m., Los siete días de la semana, desde el 1 de octubre al 31 de marzo, y de 8 a.m. a 8 p.m., de lunes a viernes, del 1 de abril al 30 de septiembre.



**Clever Care**<sup>™</sup>  
HEALTH PLAN

Sus socios para el  
cuidado integral

Llame para obtener más  
información  
(833) 365-1888 (TTY: 711)

