



BENEFITS BULLETIN

Official Publication of the
Cement Masons and
Plasterers Health and
Welfare and Pension Fund



Summer safety & staying hydrated

Working outdoors carries health risks, especially when you're in the sun for extended periods during the summer months.

To stay safe and healthy, keep the following tips in mind when working outdoors in high temperatures:

Protecting your skin

Nearly 90 percent of melanomas — the deadliest form of skin cancer — are caused by ultraviolet exposure from the sun or other sources.

The most common melanoma sites on men are the head, neck, back and chest. On women, the most common sites are the arms and legs.

To reduce your exposure to the sun, wear protective clothing when possible. Look for specialized sun-protective fabrics. Hats with all-around brims help protect your scalp, face and neck.

Sunscreens with "broad spectrum" protection (against UVA and UVB rays) and with SPF values of 30 or higher
(Please see next page)

Benefits Bulletin is the quarterly publication of the Cement Masons and Plasterers Health and Welfare and Pension Fund. Each issue will inform Fund participants about new developments and help them make the best use of their medical benefits.

For more information:

Call BeneSys at **(702) 415-2190**

Ask for the Cement Masons and Plasterers Customer Service Department.

This newsletter describes particular benefits and does not include all governing provisions, limitations and exclusions. Refer to the Summary Plan Description for governing information. The information in these articles is for general use only and should not be taken as medical advice. In an emergency, you are advised to call 9-1-1.

PRSR STD
US POSTAGE
PAID
SACRAMENTO, CA
PERMIT NO. 690

BeneSys Administrators
8311 W. Sunset Rd., Suite 250
Las Vegas, NV 89113
100% Union

Buyer beware: Hospitals offering loans to patients

Participants should be aware of a new practice occurring at some hospitals. Patients visiting the emergency room for treatment have been approached by hospital representatives and given the option to take out a loan to pay for their medical treatments.

According to a recent article in *Kaiser Health News* (a nonprofit news service), these “patient financing” strategies are part of a growing trend of hospitals and banks partnering to offer loans to patients on the spot.

Medical and financial experts have expressed concern about the practice for these reasons:

- Patients receiving emergency care at a hospital are likely in a more emotional state than they would be at a scheduled appointment with a doctor or specialist. Financing decisions ideally should be made in a calmer environment.
- While it may seem appealing to receive a loan instantly, without a credit check and with a low or zero-percent interest rate, the actual hospital charges the patient agrees to pay may be much higher than the rate the patient would be responsible for if the charges were processed through the patient’s health insurance.

The *Kaiser Health News* article highlights the experience of a pregnant



woman who fell in a parking lot and was approached with a loan offer from the hospital while she was in pain and still undergoing treatment.

Feeling uncomfortable and suspicious, the woman declined the offer and waited for her hospital charges to be processed through her insurance. Neither the woman nor her husband, a cancer survivor, had ever before been asked to pay up front for medical treatment. The patient said she felt intimidated by the experience and feared someone with less knowledge of the health care system could be coaxed into paying a higher amount for treatment.

The final cost for her visit, after insurance adjustments, was \$150, much less than the loan offer of more than \$800.



ER vs. Urgent Care: Save money for yourself and the Fund!

The misuse of emergency rooms puts a drain on the Fund. A trip to the ER costs significantly more than visiting an Urgent Care center or primary care provider. This is why a \$500 copay is charged for non-emergency visits to the ER.

In a life-threatening situation, you should always call 9-1-1 or visit an emergency room. However, if you feel your condition could be treated by your primary care provider or by an Urgent Care center, take advantage of those options to help keep our Fund healthy for the future.

To request a list of Urgent Care centers, please call (702) 415-2190.

Summer safety & staying hydrated

(Continued from front page)

are best. Apply 30 minutes before going outside and reapply every two hours or more frequently after excessive sweating.

Examine your skin monthly and schedule an appointment with your doctor if you discover any new moles or growths.

Choosing the right sunglasses

Wear UV-blocking sunglasses that block 99 to 100 percent of ultraviolet radiation (check the label before purchasing). This will help protect your eyes as well as the delicate skin around them.

Stay hydrated

It is critical to stay hydrated while working in the sun. Drink water and other cool fluids consistently, and increase the amounts during rigorous activity. Avoid beverages with high sugar content.

Heat-related illnesses can cause someone to experience confusion and diminished consciousness. If you suspect someone is experiencing heat exhaustion, move him or her to a cool, shaded area and help him or her drink frequent small amounts of cold water. Seek medical attention if symptoms persist or seem life-threatening.



BENEFITS BULLETIN

Publicación oficial de
Cement Masons and
Plasterers Health and
Welfare and Pension Fund

Seguridad en el verano y como mantenerse hidratado

Trabajar al aire libre trae riesgos a la salud, especialmente cuando usted está bajo el sol por largos períodos de tiempo durante los meses de verano.

Para mantenerse seguro y saludable, tenga en cuenta los siguientes consejos cuando trabaje al aire libre en temperaturas calientes:

Protegiendo su piel

Casi el 90 por ciento de los melanomas, la forma más letal de cáncer de piel, son causados por la exposición a los rayos ultravioletas del sol u otras fuentes.

Los sitios de melanoma más comunes en los hombres son la cabeza, el cuello, la espalda y el pecho. En las mujeres, los sitios más comunes son los brazos y las piernas.

Para reducir su exposición al sol, use ropa protectora cuando sea posible. Busque telas protectoras solares especiales. Los sombreros con bordes versátiles ayudan a proteger el cuero cabelludo, la cara y el cuello.

Los protectores solares de “amplio espectro” (contra los rayos UVA y UVB), y con valores SPF de 30 o más, son los mejores. Aplique el protector en su piel 30 minutos antes de salir y vuelva a aplicarse el protector cada dos horas o inclusive más frecuentemente después de una sudoración excesiva.

Examine su piel mensualmente y programe una cita con su médico si descubre lunares o tumores nuevos.

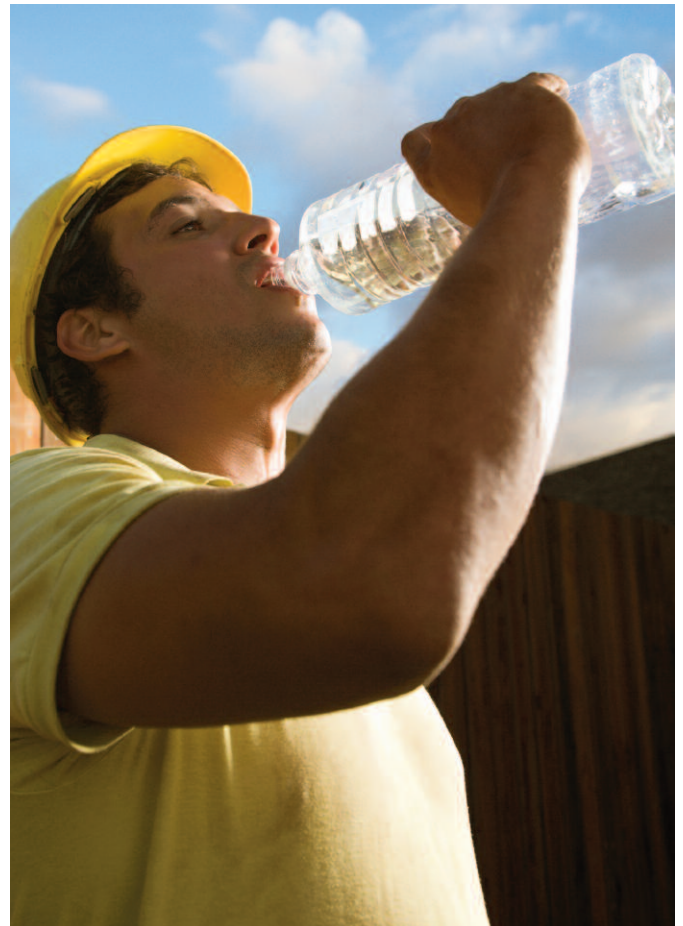
Elegir las gafas de sol correctas

Use gafas de sol que bloquean los rayos UV y del 99 al 100 por ciento de la radiación ultravioleta (consulte la etiqueta antes de comprarlos). Esto ayudará a proteger tus ojos y la delicada piel que los rodea.

Manténgase hidratado

Es fundamental mantenerse hidratado mientras trabaja bajo el sol. Beba agua y otros fluidos fríos consistentemente y aumente las cantidades durante una actividad rigurosa. Evite las bebidas con alto contenido de azúcar.

Las enfermedades relacionadas con el calor pueden causar confusión y disminución de la conciencia. Si sospecha que alguien está experimentando agotamiento por calor, muévelo a un lugar fresco y sombreado y ayúdelo a beber pequeñas cantidades frecuentes de agua fría. Busque atención médica si los síntomas persisten o parecen ser potencialmente mortales.



Benefits Bulletin es una publicación trimestral del Fondo de Pensión, Asistencia Social y Jubilación de los Albañiles de Cemento y Yeso. Cada ejemplar informará a los participantes del fondo acerca de los nuevos desarrollos y los ayudará a utilizar, de la mejor manera, sus beneficios médicos.

Para más información:

Llame a BeneSys al **(702) 415-2190**
Pregunte por el Departamento de Servicios al Cliente de los Albañiles de Cemento y Yeso.

Este boletín informativo describe beneficios particulares y no incluye todas las provisiones reguladoras, limitaciones y exclusiones. Refiérase a la Descripción del Sumario del Plan para las provisiones reguladoras. La información de estos artículos es para uso general solamente y no debería ser tomado como un consejo médico. En una emergencia, a usted se le recomienda que llame al 9-1-1.



Atención al comprador: Hospitales que ofrecen préstamos a pacientes

Los participantes deben conocer una nueva práctica que ocurre en algunos hospitales. Algunos pacientes que visitaron la sala de emergencias para recibir tratamiento fueron contactados por representantes del hospital, los cuales les ofrecieron la opción de solicitar un préstamo para pagar sus tratamientos médicos.

De acuerdo con un artículo reciente en *Kaiser Health News* (un servicio de noticias sin fines de lucro), estas estrategias de “financiamiento para pacientes” son parte de una tendencia creciente de hospitales y bancos que se asocian para ofrecer préstamos a pacientes en el lugar.

Los expertos médicos y financieros han expresado su preocupación acerca de esta práctica por las siguientes razones:

- Es probable que los pacientes que reciben atención de emergencia en un hospital estén en un estado más emocional de lo que estarían en una cita programada con un médico o especialista. Las decisiones de financiación idealmente deberían tomarse en un entorno más tranquilo.
- Si bien puede parecer atractivo recibir un préstamo instantáneamente, sin verificación de crédito y con una tasa

de interés baja o del cero por ciento, los cargos hospitalarios reales que el paciente acepta pagar pueden ser mucho más altos que la tasa por la que el paciente sería responsable si los cargos se procesaran a través del seguro de salud del paciente.

El artículo de *Kaiser Health News* describe la experiencia de una mujer embarazada que se cayó al piso en un estacionamiento y se le acercó una oferta de préstamo del hospital mientras estaba sufriendo y aún se encontraba bajo tratamiento.

Sintiéndose incómoda y sospechando de la situación, la mujer rechazó la oferta y esperó a que se procesaran los cargos del hospital a través de su seguro. Ni a la mujer ni a su esposo, un sobreviviente de cáncer, se les había pedido anteriormente que pagaran por adelantado para recibir un tratamiento médico. La paciente dijo que se sentía intimidada por la experiencia y temía que alguien con menos conocimiento acerca del sistema de atención de salud pudiera ser engatusado a pagar una cantidad mayor para un tratamiento.

El costo final de su visita, después de los ajustes del seguro, fue de \$150, mucho menos que la oferta de préstamo de más de \$800.

Recordatorio de beneficios

Sala de Emergencias versus Atención Urgente

El uso inapropiado de las Salas de Emergencias es costoso para el Fondo. Un viaje a la Sala de Emergencias cuesta significativamente más caro que visitar un centro de Atención Urgente o un proveedor de atención primaria. Esta es la razón por la cual un copago de \$500 se cobrará por las visitas que no sean de emergencia a la Sala de Emergencias.

En una situación que amenaza la vida, usted siempre debe llamar al 9-1-1 o visitar una Sala de Emergencias. Pero si usted cree que su padecimiento puede ser atendido por su proveedor de atención primaria, o si piensa que requiere de atención más inmediata en un centro de Atención Urgente, aproveche estas opciones para ayudar a que nuestro Fondo se mantenga sano para el futuro.

Para solicitar una lista de los centros de Atención Urgente, por favor, póngase en contacto con la Oficina de Administración.