



## Recursos para ayudarle a enfocarse en la salud integral

Ya tiene suficientes cosas en la mente sin contar las preocupaciones por el costo de vida, que aumenta cada vez más. En momentos difíciles, es bueno saber dónde acudir para obtener ayuda adicional. Acceda a recursos comunitarios con tan solo un clic o una llamada.



### ¿Qué es la salud social?

Las circunstancias de la vida cotidiana tienen un papel clave en la salud en general. El acceso a alimentos saludables, una vivienda segura, educación de calidad e internet son solo algunos de los factores que pueden favorecer o perjudicar los resultados de salud.



### Acceda a recursos

Con tantos factores que influyen en la salud social, no es de extrañar que muchas personas informen tener al menos una necesidad de salud social no cubierta. Garantizar que se atiendan estas necesidades diarias puede tener un impacto positivo en la salud y la calidad de vida.



### Obtenga ayuda en su área

Ya sea que busque un centro de cuidado infantil, transporte o ayuda para pagar los servicios públicos, hay muchos programas y servicios cerca de usted que pueden brindarle información o ayuda. Consulte este [directorio en línea](#) y conozca los recursos disponibles.



Escanee el código QR o visite [kp.org/socialhealth](https://kp.org/socialhealth) (haga clic en “Español”) para encontrar recursos comunitarios cerca de usted.

Estos son los planes de salud de Kaiser Permanente en todo el país: Kaiser Foundation Health Plan, Inc., en las regiones Norte y Sur de California y en Hawái • Kaiser Foundation Health Plan of Colorado • Kaiser Foundation Health Plan of Georgia, Inc., Nine Piedmont Center, 3495 Piedmont Road NE, Atlanta, GA 30305 • Kaiser Foundation Health Plan of the Mid-Atlantic States, Inc., en Maryland, Virginia y Washington, D. C., 2101 E. Jefferson St., Rockville, MD 20852 • Kaiser Foundation Health Plan of the Northwest, 500 NE Multnomah St., Suite 100, Portland, OR 97232 • Kaiser Foundation Health Plan of Washington o Kaiser Foundation Health Plan of Washington Options, Inc., 1300 SW 27th St., Renton, WA 98057