



¿NECESITA ATENCIÓN AHORA?

Los centros de atención urgente tratan a pacientes sin cita previa.

Ofrecen atención que no constituye emergencia en forma inmediata. ¿Necesita encontrar un centro de atención urgente en su área? Llame a Servicios al Miembro al **1-800-318-8821** cuando lo desee.

▼ ESTILO DE VIDA SANO

coma UN ARCOIRIS

CONCURSO DE DIBUJO SOBRE LA ALIMENTACIÓN SANA

La obesidad infantil es una preocupación cada vez mayor. Sin embargo, con una dieta sana y ejercicio, podemos ayudar a nuestros hijos a disfrutar de vidas más sanas. El primer paso es ofrecer a los niños comidas bien balanceadas. Incluya alimentos de todos los grupos alimenticios. Exponga a los niños a diversos alimentos sanos. Permítales tomar decisiones sanas.

¿Qué considera como una comida sana? Pida a su hijo que haga un dibujo de una comida sana. Puede ganar un premio.

- Los niños deben tener entre 5 y 10 años para poder participar.
- La comida puede ser desayuno, almuerzo o cena.
- No se pueden presentar fotografías.
- Los dibujos no deben ser de un tamaño superior a 8.5 x 11 pulgadas.
- El ingreso debe tener sello postal a más tardar el 19 de noviembre de 2010.
- Incluya el nombre, la edad, la dirección, el número de teléfono y el número de identificación de miembro de su hijo.
- Envíe el dibujo a: UnitedHealthcare, Attention: MKT Dept., 6095 Marshalee Drive, Suite 200, Elkridge, MD 21075




text4baby

RECIBA INFORMACIÓN MÉDICA GRATUITA
EN SU TELÉFONO CELULAR

Puede recibir información acerca de la salud y el desarrollo de su bebé en su teléfono celular. Es un nuevo servicio llamado text4baby. Las mujeres embarazadas y las nuevas mamás que se inscriban recibirán tres mensajes de texto a la semana. Los mensajes son enviados por Healthy Mothers, Healthy Babies Coalition, y gracias al apoyo de las empresas de telefonía móvil, los mensajes son **gratis**.

Los mensajes de texto utilizan su fecha de parto o el cumpleaños de su bebé para darle consejos oportunos. Pueden ayudarla a informarse sobre temas como:

- atención prenatal
- los controles de su bebé
- un embarazo sano
- vacunas
- cómo prevenir defectos congénitos
- nutrición
- salud mental
- sueño seguro
- recursos locales

 **¿ESTÁ EMBARAZADA?** ¿Tiene un bebé recién nacido? Únase a text4baby. Para recibir mensajes en inglés, envíe la palabra **BABY** al **511411**. Para recibir mensajes en español, envíe **BEBE** al **511411**. O bien, inscribise en www.text4baby.org.




que la influenza no lo ataque

Cada otoño hay disponible una nueva vacuna contra la influenza. Esta vacuna brinda protección contra los tipos de influenza que probablemente serán más comunes este año. Este año, la influenza H1N1 (porcina) se incluirá en la vacuna contra la gripe estacional.

La influenza es muy contagiosa. Si se contagia, se sentirá muy mal. Tendrá que faltar al trabajo o a la escuela. Puede causar problemas graves.

Las vacunas contra la influenza son una buena idea para todos. Necesita vacunarse todos los años. La influenza es aun más peligrosa para los niños muy pequeños o las personas mayores. Las personas con enfermedades crónicas también sufren más si son afectadas por la influenza. Las vacunas contra la influenza son una buena idea para estas personas.

 **LIBRE DE INFLUENZA** Las vacunas contra la influenza son gratis si las administra su proveedor de atención primaria (PCP). Averigüe si se encuentra en un grupo de alto riesgo en www.flu.gov. También puede hacer un seguimiento de la temporada de influenza en su área en este sitio web.




NOS PREOCUPAMOS

UnitedHealthcare ofrece administración de la atención. Ayuda a sus miembros con necesidades especiales. Entre ellas:

- discapacidades físicas
- enfermedad mental grave
- problemas médicos complejos
- enfermedades crónicas
- otras necesidades especiales

Los administradores de atención trabajarán con el plan de salud y con agencias externas para ayudar a los miembros a obtener los servicios y la atención especiales que necesitan.

 **LA AYUDA ESTÁ AQUÍ** Si tiene necesidades especiales, puede obtener administración de la atención. Llame al **1-800-318-8821 (TTY 711)** para averiguar cómo.



MANTÉNGASE bien

LA ATENCIÓN PREVENTIVA ES IMPORTANTE

UnitedHealthcare trabaja para ayudar a los miembros a obtener servicios de atención médica preventiva. El programa HealthChoice revisa el nivel de la salud preventiva de UnitedHealthcare. Supervisan si el plan cumple con los objetivos de la salud preventiva. Estos objetivos son establecidos por HealthChoice.

El programa HealthChoice revisa diez medidas de salud preventiva. En el año calendario 2009, estas medidas fueron:

- vacunas infantiles
- cuidado del niño sano (de 3 a 6 años)
- detección de cáncer cervical
- control de adolescente sano
- puntualidad de los exámenes prenatales y posparto
- examen oftalmológico de personas con diabetes
- visitas ambulatorias para niños y adultos con discapacidades
- prueba de detección de plomo para niños

Los resultados del año 2009 fueron muy buenos. UnitedHealthcare cumplió o superó prácticamente todos los objetivos en términos de calidad. Los objetivos que no se cumplieron fueron puntualidad de los exámenes posparto, detección de cáncer cervical y uso adecuado de medicamentos para el asma. Los resultados de dichas mediciones estuvieron muy cerca del objetivo.

? REVISIONES Debe realizarse una revisión con su PCP todos los años. ¿Necesita ayuda para programar una cita o buscar un PCP? Llame a Servicios al Miembro al 1-800-318-8821.

renovación

RENUEVE SUS BENEFICIOS DE ATENCIÓN MÉDICA A TIEMPO

Es importante que renueve sus beneficios de atención médica a tiempo.

Si no lo hace, perderá su cobertura de UnitedHealthcare. Cuando sea momento de hacerlo, recibirá una postal y una llamada telefónica de UnitedHealthcare para recordarle que debe renovar sus beneficios de atención médica. Cuando reciba los formularios de renovación, llénelos lo antes posible. Devuelva los formularios a su departamento de servicios sociales local o departamento de salud local. Incluya cualquier documentación necesaria.

? PREGUNTAS ¿Tiene preguntas acerca de la renovación de sus beneficios de atención médica? Llame a su asistente social o al Departamento de Servicios Sociales al 1-800-332-6347.



▼ UD. Y SU MÉDICO



EXCELENTE proveedor

PODEMOS AYUDARLE A ENCONTRAR EL MÉDICO ADECUADO PARA USTED

A UnitedHealthcare le interesa que le sea conveniente obtener atención médica. Nos aseguramos de tener proveedores cerca de los lugares donde viven nuestros miembros. También nos aseguramos de tener proveedores que hablen los mismos idiomas de nuestros miembros.

Para asegurarnos de tener los proveedores correctos para las necesidades de nuestros miembros, revisamos nuestra red en forma periódica. Si consideramos que no hay suficientes proveedores que hablan los idiomas de nuestros miembros, intentamos agregar más. Si no hay suficientes proveedores con consultorios cerca de los lugares donde viven nuestros miembros, intentamos agregar más.

Si conoce a un proveedor que no pertenece a nuestra red y a usted le gustaría que se incorporara, pídale que visite nuestro sitio web en www.uhcmedicaid.com.

? **DR. CORRECTO** Para encontrar un proveedor cerca de usted y/o que hable su idioma, llame a Servicios al Miembro al **1-800-318-8821**. También puede solicitar servicios de interpretación a Servicios al Miembro.

▼ ACERCA DE SU PLAN



llámenos

- Servicios al Miembro de UnitedHealthcare al **1-800-318-8821**
- United Behavioral Health al **1-888-291-2507**
- Sistema Público de Salud Mental al **1-800-888-1965**
- Transporte al **1-800-318-8821**
- Healthy First Steps al **1-800-599-5985**
- Departamento de Servicios Sociales al **1-800-332-6347**
- Línea de Ayuda para Inscritos en la Opción de Salud del Estado al **1-800-284-4510**
- Programa Dental Maryland Healthy Smiles al **1-888-696-9596**
- Dental para adultos: para miembros de HealthChoice de 21 años y mayores y todos los miembros del programa Atención Primaria para Adultos (Primary Adult Care, PAC) al **1-888-307-6544**
- Servicios de intérpretes: si el inglés no es su idioma materno, llame a Servicios al Miembro para disponer un intérprete para sus visitas médicas.

▼ ACERCA DE SU PLAN

DÍGANOS QUÉ PIENSA

Su opinión es importante para nosotros. ¿Tiene preguntas generales o sugerencias sobre cómo podemos atenderle mejor? Queremos escucharlas. Envíenos un correo electrónico para que nos diga sus ideas. Envíe los correos electrónicos a unitedhealthcare_questions@uhc.com.

