



**NUEVO NOMBRE,  
MISMO PLAN**


Ahora somos **UnitedHealthcare Community Plan**. Sólo ha cambiado nuestro nombre. Seguirá teniendo los mismos beneficios médicos, apoyo personal y servicio al cliente al que está acostumbrado. Visite nuestro nuevo sitio web en [www.uhccommunityplan.com](http://www.uhccommunityplan.com).



**SEGURO DE SALUD PARA FAMILIAS**

**Usted trabaja arduamente para que sus hijos tengan una vida mejor.** No es fácil, especialmente si su trabajo no le ofrece seguro de salud. Quizás sus hijos lo tienen, pero usted no. ¿Pero qué sucede si se enferma? ¿Quién estará ahí para ellos?

Ahora, cuenta con ayuda. Si sus hijos reciben actualmente beneficios de Asistencia médica o si usted está postulando para que ellos reciban Asistencia médica, también puede solicitar beneficios para usted. Esto se realiza a través del Programa de Asistencia Médica para Familias (HealthChoice). Por ejemplo, una familia que gana hasta \$25,600 anuales puede ser elegible. Este programa ofrece cobertura para toda la familia, niños y adultos, por concepto de visitas al médico, medicamentos, atención dental y oftalmológica.

 **¡NO ESPERE!** Para obtener más información sobre HealthChoice, llame gratis al 1-877-223-6485.



## ¿tiene preguntas?

PODEMOS EXPLICAR SUS BENEFICIOS Y CÓMO OBTENER LA ATENCIÓN QUE NECESITA

**Todos los miembros de UnitedHealthcare deben saber qué cubre su seguro y cómo obtener dichos servicios.** Nuestros representantes de servicios al miembro pueden ayudarle a entender:

- sus beneficios y servicios, qué se cubre y qué no.
- cómo obtener sus medicamentos y qué hacer si un medicamento no está en la lista de medicamentos preferidos.
- el dinero que deberá pagar para recibir servicios (copago).
- cualquier límite sobre la atención o los servicios que obtenga fuera del plan de salud.
- cómo obtener ayuda idiomática si habla un idioma diferente al inglés como su primer idioma.
- quiénes son los médicos de la red.
- cómo programar una cita con su proveedor de atención médica.
- cómo obtener atención médica especializada y del comportamiento.
- cómo obtener atención si el consultorio de su médico no está abierto.
- cómo obtener atención en caso de una emergencia.
- cómo informarnos si tiene una queja.
- qué debe hacer si usted o un familiar cubierto por UnitedHealthcare necesita atención fuera de la ciudad.
- cómo responder a una situación si usted o su médico ha solicitado atención o un servicio para usted y dicha atención o servicio no se ha aprobado.
- de qué modo UnitedHealthcare decide si se agregarán nuevas formas de tratamiento para afecciones médicas como beneficio (nueva tecnología).



**RECIBA RESPUESTAS** Si tiene preguntas específicas acerca de estos temas, llame a servicios al miembro al **1-800-318-8821**. Si su pregunta está relacionada con la salud del comportamiento, llame al **1-888-291-2507**.



**CASI UNO DE CADA 10 NIÑOS TIENE ASMA.**

# respire PROFUNDAMENTE

## CÓMO ENTENDER SU MEDICAMENTO PARA EL ASMA

**Existen muchos medicamentos diferentes para el asma.** Su médico le recetará los que sean adecuados para usted. Debe tener un plan de acción escrito para el asma para que pueda saber qué tomar y cuándo tomarlo.

### MEDICAMENTOS A LARGO PLAZO

- Debe tomar algunos medicamentos todos los días, incluso si se siente bien. Estos medicamentos a largo plazo mantienen el asma bajo control y se pueden administrar vía oral o por inhalación. La mayoría de ellos ayuda al reducir la inflamación y despejar las vías respiratorias. También puede tomar medicamentos antialérgicos. Cuando comience a tomar los medicamentos a largo plazo, pasarán varias semanas antes de que comience a sentirse mejor. No todas las personas con asma necesitan medicamentos a largo plazo.

### MEDICAMENTOS DE RESCATE

- La mayoría de las personas con asma utilizan medicamentos de rescate por inhalación, los cuales se toman sólo cuando se presentan síntomas y debe llevar consigo en todo momento. Los medicamentos de rescate pueden detener un ataque de asma en minutos, funcionan por algunas horas y relajan los músculos de sus vías respiratorias. También puede tomar esteroides en pastilla durante algunos días o semanas si tiene problemas para controlar los síntomas.



**ÚNASE A NOSOTROS** UnitedHealthcare ofrece programas de control de enfermedades, los cuales ayudan a personas con asma, diabetes y otras afecciones crónicas a controlar su salud. Puede recibir consejos de una enfermera y recordatorios acerca de su atención. Para inscribirse en un programa de control de enfermedades, llame al **1-800-318-8821 (TTY 711)**.



## honestamente

### USTED PUEDE PREVENIR EL FRAUDE Y ABUSO

**La mayoría de los miembros y proveedores de UnitedHealthcare HealthChoice son honestos.** No obstante, incluso algunas pocas personas deshonestas pueden dañar los programas HealthChoice Medicaid. Las personas deshonestas o que cometen fraude pueden ser multadas o encarceladas. Si está en conocimiento de algún fraude o abuso en el programa HealthChoice, debe comunicarse con ellos. Sin embargo, su privacidad será protegida, ya que no tiene que informarles su nombre.

#### EL FRAUDE Y ABUSO PARA MIEMBROS DE HEALTHCHOICE PUEDEN INCLUIR:

- suministrar información falsa u ocultar información para obtener o mantener HealthChoice.
- permitir que alguien más use su tarjeta de identificación HealthChoice.
- vender o entregar sus medicamentos con receta a otra persona.

#### EL FRAUDE Y EL ABUSO PARA PROVEEDORES DE HEALTHCHOICE PUEDEN INCLUIR:

- facturar a UnitedHealthcare por servicios que nunca se realizaron.
- facturar a UnitedHealthcare dos o más veces por el mismo servicio.

#### PARA DENUNCIAR FRAUDE Y ABUSO:

- Llame a la Línea de ayuda con el cumplimiento de UnitedHealth Group al 1-866-242-7727.
- Llame a la línea de ayuda en caso de fraude al 1-866-770-7175 (TTY 1-877-463-3464).
- Visite el sitio web [www.dhmf.state.md.us](http://www.dhmf.state.md.us), luego, haga clic en "Report Fraud" (Denunciar fraude) ubicado bajo "Your Latest Information" (Su información más actualizada).
- Escriba a Department of Health and Mental Hygiene, Office of the Inspector General, 201 West Preston Street, Baltimore, MD 21201.
- Envíe un fax al 410-333-7194.



## actualizaciones sobre los beneficios

**Sus beneficios de UnitedHealthcare siguen mejorando.** A partir del 1 de enero de 2011, los miembros de HealthChoice y del programa de Atención primaria para adultos ahora pueden disfrutar de los siguientes beneficios:

#### MIEMBROS DE HEALTHCHOICE (18 AÑOS Y MAYORES)

- Los beneficios dentales ahora incluyen extracciones y rayos X.
- Ahora no hay copagos de farmacia por medicamentos genéricos.
- La línea de enfermería ofrece consejos de una enfermera las 24 horas del día, los siete días de la semana.

#### MIEMBROS DE ATENCIÓN PRIMARIA PARA ADULTOS (PAC, POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

- Los beneficios dentales ahora incluyen extracciones y rayos X.
- La línea de enfermería ofrece consejos de una enfermera las 24 horas del día, los siete días de la semana.

**¡HOLA, ENFERMERA!** Línea de enfermería es un servicio nuevo. Puede hablar con una enfermera, en el día o la noche, cualquier día de la semana. La enfermera puede ayudarle a decidir si puede esperar para visitar a su proveedor de atención primaria o si debe buscar atención inmediata. Llame gratis a la Línea de enfermería, al 1-877-440-0251.

## su opinión es importante

**Podemos enviarle una encuesta por correo, en la cual le preguntaremos qué tan satisfecho está con su plan de salud.** Si recibe una encuesta, contéstela y devuélvala por correo. Sus respuestas serán confidenciales. Queremos saber qué piensa acerca del servicio que ofrecemos. Su opinión nos ayuda a mejorar el plan de salud.

**LAS ENCUESTAS DICEN** Si desea ver los resultados de encuestas anteriores, visite [www.uhcommunityplan.com](http://www.uhcommunityplan.com). También puede llamar a servicios al miembro al 1-800-318-8821 (TTY 711) para pedirnos una copia por correo.



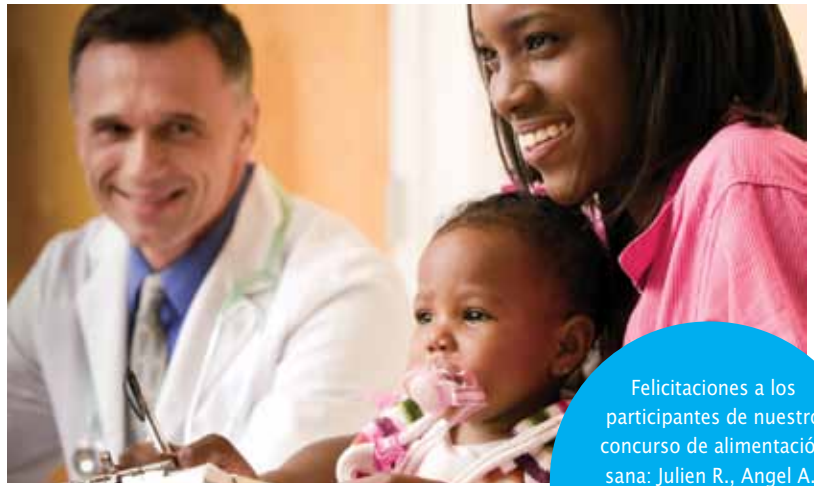


## candado y llave

**Tenemos mucho cuidado con su información de salud.** Asimismo, protegemos su información financiera, y contamos con políticas que la protegen. Estas políticas explican:

- cómo podemos usar esta información.
- cuándo podemos compartir esta información con terceros.
- qué derechos tiene respecto de su información.

★ **NO ES SECRETO** Puede leer nuestra política de privacidad en línea en [www.uhccommunityplan.com](http://www.uhccommunityplan.com). También puede llamar a servicios al miembro al 1-800-318-8821 (TTY 711) para pedirnos una copia por correo. Si efectuamos cambios en la política, le enviaremos por correo una notificación.



Felicitaciones a los participantes de nuestro concurso de alimentación sana: Julien R., Angel A., Kaia U., Cornelius S., William T., Jasmine M., Jeremias M., Gustavo F. y Andrea J.

## su historia

CELEBREMOS EL MES DE LA HISTORIA AFROAMERICANA

**El Mes de la Historia Afroamericana se celebra cada mes de febrero** para honrar la gran cantidad de aportes efectuados en los Estados Unidos y en todo el mundo por los descendientes africanos. Queremos conocer su historia. ¿Qué significa para usted el Mes de la Historia Afroamericana? Envíenos su historia y podrá ganar un premio.

- Las historias que envíe no deben tener más de una página.
- El ingreso debe tener sello postal a más tardar el 28 de febrero de 2011.
- Incluya su nombre, dirección, número de teléfono y número de identificación de miembro.
- Envíe su historia a UnitedHealthcare, Attention: Marketing Department, 6095 Marshalee Drive, Ste. 100, Elkridge, MD 21075.



## teléfonos importantes

Servicios al Miembro de UnitedHealthcare al **1-800-318-8821**  
 Línea de enfermería las 24 horas, los siete días de la semana al **1-877-440-0251**  
 United Behavioral Health al **1-888-2507**  
 Sistema Público de Salud Mental (MAPS-MD) 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 acción para inscritos en la opción de salud del estado al **1-800-284-4510**  
 Programa Dental Maryland Healthy Smiles al **1-888-696-9596**  
 Plan 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.**

📍 **HABLE** ¿Tiene preguntas generales o sugerencias sobre cómo podemos atenderle mejor? Queremos escucharlas. Envíenos un correo electrónico a [unitedhealthcare\\_questions@uhc.com](mailto:unitedhealthcare_questions@uhc.com) para que nos cuente qué tiene en mente. O llame a servicios al miembro al **1-800-318-8821**.

“Sesame Workshop”, “Sesame Street”, and associated characters, trademarks and design elements are owned and licensed by Sesame Workshop. © 2011 Sesame Workshop. Todos los derechos reservados.

Partners in Healthy Habits for Life



# Food for thought

UnitedHealthcare and Sesame Street have teamed up to make healthy eating and fitness fun for you and your kids. Look for tips on healthy foods and habits on [www.UHC4HealthyKids.com](http://www.UHC4HealthyKids.com).



UnitedHealthcare y Sesame Street se han unido para hacer que los ejercicios y la alimentación saludables sean divertidos para usted y sus niños. Para más consejos sobre alimentos y hábitos saludables visiten [www.UHC4HealthyKids.com](http://www.UHC4HealthyKids.com).

# Buen provecho



Partners in Healthy Habits for Life

“Sesame Workshop”, “Sesame Street” and associated characters, trademarks and design elements are owned and licensed by Sesame Workshop. © 2011 Sesame Workshop. All Rights Reserved.

## Cinco maneras de hacer elecciones saludables en familia

1. Hablen de cómo fue su día a la hora de comer o de la merienda. El desayuno, el almuerzo, la cena y la merienda son momentos maravillosos para compartir.
2. ¡Cocinen juntos! Esto ayuda a que los niños crezcan gustándoles diferentes alimentos.
3. Coman sus frutas y verduras. La hora de comer es un buen momento para comer sano con su niño.
4. Mientras hacen las compras, planeen las comidas. Los vegetales pre-cortados pueden ser caros. En vez, córtelos en la casa. Los niños pueden ayudar a lavar los vegetales y a guardarlos en contenedores reutilizables.
5. Tome tiempo en el fin de semana para cocinar las comidas. Utilícelas mientras está ocupado durante la semana. La mayoría de los platos integrales, carnes y vegetales se congelan bien y son sobrantes sabrosos.

Para más consejos sobre **"Buen Provecho: Comer sano por menos"** (¡y recetas fáciles!), visite [www.sesamestreet.org/food](http://www.sesamestreet.org/food)



## Five ways to make healthy choices as a family

1. Share your day during meal or snack times. Breakfast, lunch, dinner and snack time are great chances to connect.
2. Cook together! This helps children grow to like different foods.
3. Eat your fruits and veggies. Mealtimes are great moments to practice healthy eating with your child.
4. Plan for meals even as you shop. Precut vegetables can be costly. Instead, cut your own. At home, children can help wash veggies and store them in reusable containers.
5. Take some time to cook meals on the weekend. Use them when you are busy during the week. Most grains, meats and vegetable dishes freeze well and make tasty leftovers.

For more **"Food for Thought: Eating Well on a Budget"** tips (and easy recipes!), visit [www.sesamestreet.org/food](http://www.sesamestreet.org/food).

