



LA CLAVE PARA UNA BUENA VIDA ES UN GRAN PLAN

HealthTALK



¿Cuál es su opinión?



En pocas semanas puede recibir una encuesta por correspondencia. En esta se le pregunta cuán satisfecho se siente con UnitedHealthcare Community Plan. Si recibe una encuesta, por favor complétela y envíela de vuelta. Sus respuestas se mantendrán en privado. Su opinión nos ayuda a mejorar el plan de salud.

Cuídese

Puede evitar las visitas a la sala de emergencia.

Cuando está enfermo o lesionado, no quiere esperar para recibir atención médica. Seleccionar el lugar correcto al cual acudir puede ayudarle a obtener mejor atención y más rápida.

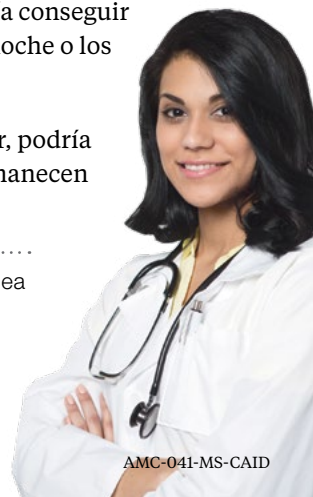
Las salas de emergencia de hospitales son solo para emergencias médicas graves. Visítelas solo cuando piense que su enfermedad o lesión podría causar la muerte o una discapacidad al no tratarse de inmediato.

En cambio, comuníquese primero al consultorio de su médico de cabecera (primary care provider, PCP) cuando necesite atención. Podría conseguir una cita más tarde para ese día. Incluso puede llamar por la noche o los fines de semana.

Si no logra comunicarse para concertar una cita con su doctor, podría acudir a un centro de atención urgente. Muchos de ellos permanecen abiertos por la noche y los fines de semana.



¡Hola, enfermera! UnitedHealthcare cuenta con una línea telefónica de asistencia de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Ellos pueden ayudarle a decidir el mejor lugar al cual acudir para recibir atención. Llame a la línea telefónica de asistencia de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana, al **1-877-370-4009 (TTY 711)**.





Recompensas de bienestar

En el verano de 2016, UnitedHealthcare Community Plan puso en marcha un programa de incentivos de bienestar mediante el cual se pedía que los miembros de 6 a 15 años acudieran a los exámenes de control de bienestar que les faltaban. Los miembros que indicaron que habían acudido a su examen de control de bienestar obtuvieron una tarjeta de Recompensa Mastercard de \$25 y también se les inscribió en un sorteo con premios especiales. Estos premios incluían un televisor, auriculares Beats, una consola de juegos Xbox y un iPad Mini. Al final del tercer trimestre, los ganadores se eligieron al azar. Los ganadores fueron:

- Desirae Johnson, Vicksburg, Miss.
- Madeline Bodry, Eupora, Miss.
- Fisher DeCamp, Bay St. Louis, Miss.
- Jaylon Harris, Itta Bena, Miss.

Resultados de la encuesta

Cómo lograr que las cifras funcionen para usted

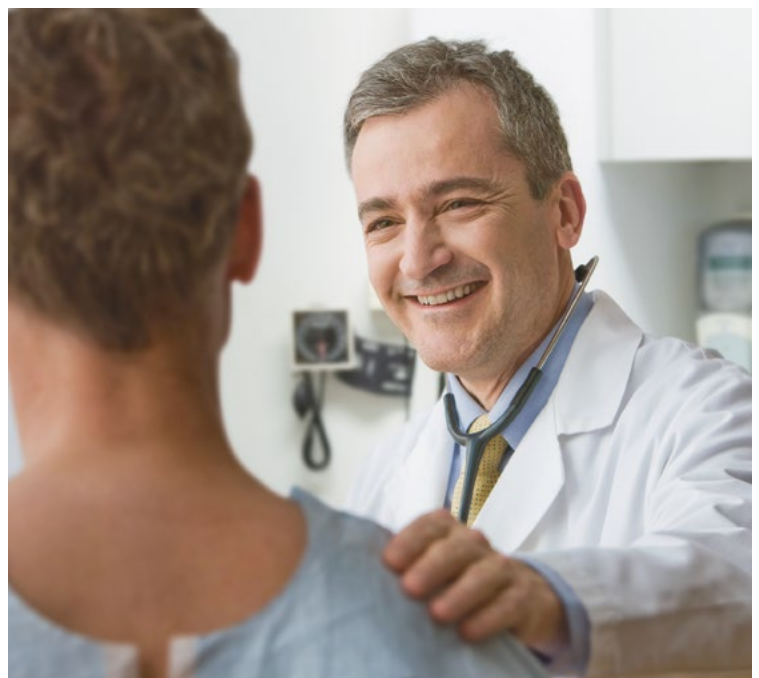
Cada año, UnitedHealthcare Community Plan of Mississippi lleva a cabo la encuesta Evaluación de los consumidores de los proveedores y sistemas de atención médica (Consumer Assessment of Healthcare Providers and Systems, CAHPS). En ella, se pide a los miembros su opinión acerca del programa Red de acceso coordinado de Mississippi (Mississippi Coordinated Access Network, MSCAN).

En 2016, fuimos testigos de grandes mejoras en la calificación de la atención médica y la promoción y educación sobre la salud. También hubo logros en las siguientes áreas:

- servicio al cliente
- obtención rápida de atención
- calificación de médicos personales y especialistas
- comunicación con los médicos
- obtención de citas con especialistas

En general, casi 8 de cada 10 consumidores calificaron el plan de salud con un puntaje total de 8, 9 o 10, en una escala de 0 a 10.

El próximo año, seguiremos revisando los resultados de la encuesta CAHPS. Veremos cómo podemos utilizarlos para hacer más mejoras. En conjunto, podemos lograr que la atención médica sea mejor para las familias de nuestro estado.



Consulte aquí

No permita que la diabetes afecte su vista.

La retinopatía diabética es una complicación frecuente de la diabetes que afecta los vasos sanguíneos del ojo. Los síntomas suelen aparecer después de que el daño es grave. El tratamiento puede prevenir que empeore, pero no puede revertir la pérdida de visión que haya ocurrido.

Esa es la razón por la que es tan importante hacerse un examen oftalmológico anual para personas con diabetes. Este puede ayudar a detectar el problema antes de que se manifiesten los síntomas. La evaluación es rápida e indolora.

Las personas que padecen diabetes también tienen un riesgo mayor de sufrir otras enfermedades oculares. Estas incluyen cataratas y glaucoma. El control adecuado de su diabetes le ayuda a prevenir estas enfermedades oculares.



Podemos ayudarle. Si padece de diabetes u otra condición crónica, podemos ayudarle.

Ofrecemos programas de gestión de enfermedades.

Estos le ayudan a controlar su condición. Para obtener más información, llame gratis a Servicios para miembros al **1-877-743-8731 (TTY 711)**.

Dientes de leche

¿Cuándo debe comenzar a cuidar los dientes de su bebé? ¡Antes de que le hayan salido! El siguiente es un cronograma para comenzar el hábito de por vida del cuidado dental.

- 1. Antes de que salgan los dientes**, cada cierto tiempo masajee suavemente las encías de su bebé con un paño limpio y húmedo.
- 2. Cuando a su bebé le aparezca el primer diente**, cepíllelo con un cepillo de dientes infantil blando y seco o limpie con gasa una vez al día.
- 3. Cuando su bebé cumpla 1 año**, es hora de la primera visita al dentista. Elija uno que se especialice en niños.
- 4. Cuando haya salido la mayoría de los dientes de leche**, pregunte al dentista sobre tratamientos con fluoruro.
- 5. Cuando su hijo tenga aproximadamente dos años**, puede usar una cantidad de pasta de dientes equivalente al tamaño de una arveja (un chícharo). Ayude a su hijo a cepillarse dos veces al día y a limpiarse con seda dental en forma regular.
- 6. Cuando comiencen a salir los dientes permanentes**, hable con su dentista sobre la aplicación de sellantes.



¿Necesita un dentista? Visite

myuhc.com/communityplan o llame al **1-877-743-8731 (TTY 711)** para encontrar un dentista que acepte su plan de salud.

Su privacidad es importante

Tomamos su privacidad en serio. Somos muy cuidadosos con la información de salud protegida (Protected Health Information, PHI) de su familia. También resguardamos su información financiera (Financial Information, FI). Utilizamos su PHI y FI para dirigir nuestro negocio. Nos sirve para proporcionarle productos, servicios e información.

Protegemos su PHI y FI en formato oral, escrito y electrónico. Contamos con reglas que nos indican cómo podemos mantener seguras la PHI y la FI. No queremos que se pierdan ni se destruyan. Queremos asegurarnos de que nadie haga un mal uso de ellas. Las utilizamos con prudencia. Tenemos políticas que explican:

- cómo podemos utilizar la PHI y la FI
- cuándo podemos compartir la PHI y la FI con los demás
- los derechos que usted tiene a la PHI y a la FI de su familia



No es un secreto. Puede leer nuestra política de privacidad en su Manual para miembros. Se encuentra disponible en línea en **myuhc.com/CommunityPlan**.

También puede llamar gratis a Servicios para miembros al **1-877-743-8731 (TTY 711)** para solicitarnos que le enviemos una copia por correo. Si realizamos modificaciones a la política, le enviaremos una notificación por correo.





Rincón de recursos

Servicios para miembros Encuentre un médico, haga preguntas sobre los beneficios o exprese una queja, en cualquier idioma (llamada gratuita).

1-877-743-8731 (TTY 711)

Nuestro sitio web y aplicación Encuentre un proveedor, lea su Manual para miembros o vea su tarjeta de identificación, dondequiera que se encuentre.

**myuhc.com/CommunityPlan
Health4Me**

Línea de enfermería Obtenga consejos de salud de una enfermera las 24 horas del día, los siete días de la semana (llamada gratuita).

1-877-370-4009 (TTY 711)

United Behavioral Health Obtenga ayuda con problemas de salud mental o uso de sustancias (llamada gratuita).

1-800-404-6789 (TTY 711)

KidsHealth Obtenga información confiable sobre temas de salud para y acerca de los niños y adolescentes.

UHCCommunityPlan.com/MSkids

Línea para dejar de fumar Obtenga ayuda para dejar de fumar (llamada gratuita).

1-800-QUIT-NOW (TTY 711)

smokefree.gov

Línea nacional directa contra la violencia doméstica Obtenga apoyo, recursos y consejos para su seguridad, las 24 horas del día, los siete días de la semana (llamada gratuita).

1-800-799-SAFE (TTY 1-800-787-3224)

thehotline.org

UnitedHealthcare no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, sexo, edad o discapacidad en los programas y actividades de salud.

Su socio de la salud

Concerte una consulta de rutina con su PCP.

Su médico de cabecera (PCP) desea examinarlo cada año. Esta consulta sirve para que usted y su PCP se conozcan mejor. Las consultas de rutina también son momentos oportunos para:

- evaluaciones y exámenes importantes
- vacunas necesarias
- revisión de condiciones crónicas
- supervisión de los medicamentos que toma
- coordinación de la atención brindada por cualquier especialista que visite
- orientación acerca de un estilo de vida saludable
- discusiones acerca de la salud mental, consumo de sustancias, seguridad y otros temas

Cuando consulte a su PCP, participe sobre:

- cualquier medicamento o suplemento que tome
- cualquier otro proveedor que consulte, tales como especialistas o proveedores alternativos
- cualquier examen o tratamiento que haya tenido y los resultados
- cualquier tratamiento de salud mental o consumo de sustancias que reciba

Las consultas de rutina le salen gratis. ¿Ha transcurrido más de un año desde que tuvo su última consulta de rutina? Comuníquese con su PCP para concertar una cita hoy.



¿Necesita un doctor? Puede cambiar su PCP en cualquier momento. Para encontrar un nuevo PCP, visite **myuhc.com/CommunityPlan** o utilice la aplicación **Health4Me**. O bien, llame gratis a Servicios para miembros al **1-877-743-8731 (TTY 711)**.

