



HealthTALK

TURN OVER FOR ENGLISH! | PRIMAVERA 2018



Nota breve sobre calzoncillos.

¿Utiliza calzoncillos para incontinencia?
Ahora solo los obtendrá a través de
Byram Healthcare Inc. Este cambio
comenzó el 1 de febrero de 2018.
¿Tiene preguntas o inquietudes?
Póngase en contacto con su
administrador de casos.

Hágase cargo.

Prepárese para visitar a su proveedor.

Prepararse para su visita al proveedor puede ayudarle a sacar el máximo provecho, así como también a asegurarse de que su proveedor esté al tanto de toda la atención que usted recibe. He aquí cómo puede hacerse cargo de su atención médica:

1. Piense en lo que desea obtener de la visita antes de acudir a ella.
Intente enfocarse en los tres temas principales con los que necesita ayuda.
2. Informe a su proveedor sobre los fármacos o las vitaminas que toma en forma habitual. Lleve una lista escrita. O bien, lleve el medicamento.
3. Informe a su proveedor sobre los otros proveedores que visita. Incluya los proveedores de salud conductual. Mencione todos los medicamentos o tratamientos que le han recetado. También lleve copias de los resultados de las pruebas que se haya realizado.




Disability Benefits 101.

Trabajo y sus beneficios.

Visite az.db101.org/uhc para descubrir de qué modo el trabajo puede afectar sus beneficios. Puede ayudarle a entender sus opciones de incentivos laborales, a tomar el control de sus beneficios y a planificar para su futuro. Los incentivos de trabajo son reglas que facilitan a las personas con discapacidades que reciben beneficios públicos hacerse autosuficientes al ayudarles cuando desean trabajar. Los incentivos de trabajo le pueden permitir conservar sus beneficios y ahorrar para el futuro a la vez que trabaja. Pueden ayudarle a iniciar un negocio o ahorrar dinero para ir a la escuela. Los incentivos de trabajo también facilitan iniciar beneficios nuevamente si los necesita. Hay calculadoras en línea de beneficios y trabajo para jóvenes y adultos. Algunos de los temas que se tratan en Disability Benefits 101 incluyen:

- **Su situación:** adopte un enfoque personal con respecto a la planificación de beneficios.
- **Ir a trabajar:** encuentre apoyo laboral y aprenda de qué modo un trabajo puede afectar sus beneficios.
- **Jóvenes y beneficios:** aprenda cómo administrar la escuela, el trabajo y sus beneficios, incluidos consejos para los padres.
- **Beneficios en efectivo:** obtenga información sobre los beneficios que pueden ayudarle a cubrir sus necesidades básicas.
- **Cobertura de atención médica:** explore muchas opciones de cobertura médica, de fuentes públicas y privadas.
- **Programa Libertad para trabajar de AHCCCS:** obtenga información sobre la forma en que los programas estatales y federales pueden apoyar sus planes profesionales.

 **Obtenga más información.** Visite az.db101.org/uhc. Para obtener más información o ayuda para acceder a AZDB101, póngase en contacto con su administrador de casos, quien tiene acceso directo a nuestro especialista en educación y empleo.

Su privacidad es importante.

Tomamos la privacidad con seriedad. Somos muy cuidadosos con la información de salud protegida (PHI, por sus siglas en inglés) de su familia. Asimismo, resguardamos su información financiera (FI, por sus siglas en inglés), como FI de sus solicitudes o formularios que puede incluir su nombre, dirección, edad y número de seguro social. Utilizamos la PHI y la FI para ejecutar nuestro negocio, ya que nos ayudan a proporcionarle productos, servicios e información.

Protegemos la PHI y FI verbal, escrita y electrónica. Tenemos normas que nos indican cómo podemos mantener seguras la PHI y FI. No queremos que la PHI o FI se pierdan o destruyan. Queremos asegurarnos de que nadie las utilice de manera indebida. Nosotros las utilizamos con cuidado. Tenemos políticas que explican:

- Cómo podemos usar la PHI y FI.
- Cuándo podemos compartir la PHI y FI con terceros.
- Los derechos que tiene con respecto a la PHI y FI de su familia.


No es ningún secreto. Puede leer nuestra política de privacidad en su Manual para miembros, que se encuentra disponible en línea en myuhc.com/CommunityPlan. Puede llamar gratis a Servicios para miembros al **1-800-293-3740, TTY 711**, para solicitar que le enviemos una copia por correo. Si realizamos cambios en la política, le enviaremos una notificación por correo.

El cuidado adecuado.

UnitedHealthcare Community Plan emplea la gestión de utilización (UM, por sus siglas en inglés). Todos los planes de atención de salud administrada lo hacen. Así es como nos aseguramos de que nuestros miembros reciban la atención adecuada, en el momento adecuado y en el lugar adecuado.

Un médico revisa todas las solicitudes de cobertura cuando la atención parece no cumplir con los lineamientos. Las decisiones de aprobación o denegación se basan en la atención y el servicio, así como en sus beneficios. Las decisiones no se basan en recompensas económicas ni de ningún otro tipo.

Los miembros y los médicos tienen el derecho a apelar las denegaciones. La carta de denegación le indicará cómo apelar. La solicitud de apelación se debe enviar dentro de 60 días de la denegación.

 **¿Tiene preguntas?** Puede hablar con nuestro personal de gestión de utilización (UM). Hay disponibles servicios de TDD/TTY y de asistencia con el idioma en caso de que los necesite. Simplemente, llame gratis al **1-800-293-3740, TTY 711**.

Manténgase seguro.

Usted puede prevenir las ETS y los embarazos no deseados.

La planificación familiar es un beneficio cubierto. Hable con su proveedor de atención primaria sobre las mejores opciones para usted y además puede ayudarle con lo siguiente:

- Orientación sobre control de la natalidad.
- Medicamentos.
- Insumos.
- Anticonceptivos orales e inyectables.
- Anticonceptivos implantables subdérmicos.
- Dispositivos intrauterinos.
- Diafragmas.
- Condones.
- Espumas y supositorios.

Si tiene una vida sexual activa, protéjase usando siempre un condón. Millones de jóvenes se contagian de enfermedades de transmisión sexual (ETS) cada año. Esto puede causar infertilidad y otros problemas permanentes de salud.

Usted y su pareja deben hablar sobre la prevención de las ETS y los embarazos no deseados. Hágase pruebas, ya que muchas ETS no tienen síntomas perceptibles. Si piensa que tiene una ETS, no permita que la vergüenza le impida consultar a un médico.

Conozca sus beneficios de medicamentos.

Visite nuestro sitio web para obtener información acerca de sus beneficios de medicamentos de venta con receta. Incluye información sobre lo siguiente:

- 1. Los medicamentos que están cubiertos.** Hay una lista de medicamentos cubiertos. Es posible que tenga que usar un medicamento genérico en lugar de un medicamento de marca.
- 2. Dónde surtir sus recetas.** Puede encontrar una farmacia cerca de su domicilio que acepte su plan. También puede obtener algunos medicamentos por correo.
- 3. Reglas que pueden aplicar.** Es posible que algunos medicamentos se cubran solo en determinados casos. Por ejemplo, es posible que tenga que probar otro medicamento primero. (Esto se denomina terapia escalonada). O bien, podría necesitar la aprobación de UnitedHealthcare para usar un medicamento. (Esto se denomina autorización previa). También es posible que haya límites en cuanto a la cantidad que puede obtener de determinados medicamentos.
- 4. Costos para usted.** Si reúne los requisitos para la Parte D de Medicare (MAPD), AHCCCS no paga los medicamentos cubiertos por MAPD. Tampoco paga el costo compartido de estos medicamentos, como copagos, coaseguro o deducibles. Esto aplica a todos los miembros que reúnen los requisitos para MAPD, incluso si usted no tiene cobertura de MAPD. Los miembros de AHCCCS que no son elegibles para MAPD, no tienen copagos por las recetas.

Su socio en salud.

Su proveedor de atención primaria (PCP) brinda o coordina su atención médica. Es su socio en salud, por lo tanto, es importante que su PCP sea una buena opción para usted.

Debe sentirse cómodo al hablar con su PCP. Tanto la ubicación del consultorio de su PCP como su horario de atención deben ajustarse a sus necesidades. Quizás, quiera un PCP que hable su idioma o entienda su cultura. Puede preferir que sea hombre o mujer.

Los adolescentes tienen necesidades de atención médica diferentes a los niños. Es posible que sea el momento de que su hijo adolescente se cambie a un proveedor de atención primaria que trate a adultos. Su hija puede necesitar un proveedor de salud de la mujer, como un obstetra o ginecólogo.

Si su PCP no es adecuado para usted, puede cambiarlo cuando lo desee. Puede obtener más información acerca de los proveedores de los planes en Internet o por teléfono. La información disponible incluye:

- Dirección y número de teléfono.
- Cualificaciones.
- Especialidad.
- Certificación de la Junta.
- Idiomas que hablan.
- Escuela de medicina y residencia (solo por teléfono).



Consulte. Para encontrar un nuevo PCP, visite myuhc.com/CommunityPlan

o use la aplicación **Health4Me**.

O bien, llámenos gratis al

1-800-293-3740, TTY 711.



Rincón de recursos.

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

1-800-293-3740, 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™**

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

1-877-440-0255

TTY 1-800-855-2880

MyHealthLine™: Si reúne los requisitos, puede recibir un teléfono inteligente y un plan de servicio mensual gratis.

UHCmyHealthLine.com

ASHLine: Obtenga ayuda para dejar de fumar (llamada gratuita).

ASHLine.org

1-800-556-6222, TTY 711

Línea nacional contra la violencia

doméstica: Reciba apoyo, recursos y consejos las 24 horas del día, los siete días de la semana (llamada gratuita).

1-800-799-SAFE, TTY 1-800-787-3224

thehotline.org

Según las reglas.

¿Ha leído su Manual para miembros? Es una excelente fuente de información que le indica cómo usar su plan. Explica:

- Sus derechos y responsabilidades como miembro.
- Los beneficios y servicios que tiene.
- Los beneficios y servicios que no tiene (exclusiones).
- Los costos que puede tener por la atención médica.
- Cómo averiguar acerca de los proveedores de la red.
- Cómo funcionan sus beneficios de medicamentos con receta.
- Qué hacer si necesita atención cuando se encuentra fuera de la ciudad.
- Cuándo y cómo puede obtener atención de un proveedor fuera de la red.
- Dónde, cuándo y cómo obtener atención primaria, fuera de horario, de salud conductual, especializada, hospitalaria y de emergencia.
- Nuestra política de privacidad.
- Qué hacer si recibe una factura.
- Cómo expresar una queja o apelar una decisión relacionada con la cobertura.
- Cómo solicitar un intérprete u obtener ayuda con el idioma o una traducción.
- La forma en que el plan decide qué nuevos tratamientos o tecnologías se cubren.
- Cómo denunciar fraude y abuso.



Obténgalo todo. Puede leer el Manual para miembros en línea en **myuhc.com/CommunityPlan**. O bien, llame gratis a Servicios para miembros al **1-800-293-3740, TTY 711**, para solicitar una copia del manual.

Nos preocupamos.

UnitedHealthcare Community Plan ofrece administración de atención. La administración de atención ayuda a los miembros con necesidades especiales a obtener los servicios y la atención que necesitan. Los administradores de atención trabajan con el plan de salud, los proveedores y organismos externos. Ayudan a las personas con:

- Discapacidades físicas.
- Una enfermedad mental grave.
- Problemas de salud complejos.
- Otras necesidades especiales.



¿Cómo podemos ayudar? Complete una evaluación de salud en **myuhc.com/CommunityPlan**. O respóndala por teléfono gratis en Servicios para miembros llamando al número **1-800-293-3740, TTY 711**. Esta breve encuesta le ayudará a encontrar programas que sean adecuados para usted.