



LA CLAVE PARA UNA BUENA VIDA ES UN GRAN PLAN

Health TALK

Si necesita recibir este boletín informativo en un formato diferente (como otro idioma, letra grande, Braille o cinta de audio), llame a la Línea de ayuda a los miembros al **1-800-348-4058 (TTY 711)**.



EN ESTA EDICIÓN

Exámenes oculares para personas diabéticas	Página 2
Infección por VIH	Página 2
Clamidia	Página 2
Planes y programas	Página 3
Voluntades anticipadas	Página 4
Competencia cultural	Página 4

Cambio de nombre



Pronto seremos UnitedHealthcare Community Plan.

La mayoría de las personas nos llaman Arizona Physicians IPA o APIPA. Hemos prestado servicio a miembros de AHCCCS durante 30 años. A partir del 1 de octubre de 2013, se nos conocerá solo como UnitedHealthcare Community Plan.

El cambio de nuestro nombre no cambiará ninguna de las razones por las cuales nuestros miembros nos eligen. Usted y su familia seguirán recibiendo el alto nivel de servicio y beneficios de los que disponen.



Nuevos horarios. Servicios para miembros de AHCCCS/ Medicaid, Servicios de rehabilitación infantil (CRS) y Personas con discapacidad del desarrollo (DD) estarán disponibles de 8 a.m. a 5 p.m., hora de Arizona, de lunes a viernes. Estaremos cerrados los feriados estatales de Arizona. Nuestro número de teléfono, **1-800-348-4058 (TTY 711)**, seguirá siendo el mismo.

Proteja su visión

Puede evitar la enfermedad ocular diabética.

Esta enfermedad (también llamada retinopatía diabética) es un problema grave, que puede causar la pérdida de visión. Hay muchas cosas que usted puede hacer para prevenir este problema. La detección y el tratamiento de problemas oculares en forma temprana pueden ayudar a salvar la visión.

Algunas personas pueden notar signos de cambios en la visión, en tanto que otras no. Los síntomas que debe informar a su médico incluyen:

- problemas para leer
- visión borrosa
- ver anillos alrededor de las luces
- puntos oscuros
- luces intermitentes

La glucosa en sangre alta puede dañar sus ojos con el tiempo, al igual que la hipertensión. Trabaje con su médico para mantener sus niveles de glucosa en sangre y presión arterial en el rango objetivo. Controle su presión arterial con su médico al menos cuatro veces al año.

Incluso si ve bien, necesita exámenes completos de pupila dilatada con regularidad. El médico debe examinarle los ojos y dilatarle las pupilas una vez al año. Incluso si ha perdido la vista a causa de una enfermedad ocular diabética, igualmente necesita cuidado ocular periódico.



Vea esto. El tratamiento de problemas oculares

en forma temprana puede ayudar a salvar la visión. Nationwide Vision puede llamarle para programar una cita. Sin embargo, si todavía no se comunican con usted, llámelos al **1-800-481-2779** para programar una cita.

Conozca su estado en relación con el VIH

¿Sabía usted que Arizona se encuentra en el lugar 21 entre los 50 estados en cuanto al número acumulado de casos de SIDA reportados? Los Centros para el Control de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan que conozca su estado respecto del VIH. El VIH es el virus que causa el SIDA.

Las pruebas de VIH son especialmente importantes si está planificando embarazarse o ya está embarazada. Sin tratamiento, una de cada cuatro mujeres embarazadas con VIH transmitirá el virus a su bebé. Sin embargo, las mujeres con VIH pueden dar a luz bebés sanos.

Las mujeres embarazadas que toman determinados medicamentos tienen una posibilidad de solo 2 por ciento de transmitir el VIH a sus bebés. Estos medicamentos se denominan antirretrovirales, y los bebés pueden tomarlos por un breve periodo después de nacer.

Asimismo, es importante que las mujeres con VIH no amamenten a sus bebés. Este tratamiento ha reducido la cantidad de bebés que nacen con VIH. Actualmente, menos de 150 bebés nacen con VIH en los Estados Unidos cada año.



Podemos ayudar. UnitedHealthcare Community Plan cuenta con un programa de control de enfermedades para miembros con VIH o SIDA. Si alguna vez obtuvo un resultado positivo en las pruebas de VIH, comuníquese con nuestra administradora de casos de VIH al **1-877-885-8455, ext. 61058.**

4 DATOS SOBRE LA CLAMIDIA

1. La clamidia es la infección de transmisión sexual más común. Tanto hombres como mujeres pueden adquirirla.
2. La bacteria que causa la clamidia se transmite al tener sexo sin protección. El uso de condones puede reducir el riesgo.
3. Generalmente, la clamidia no presenta síntomas. Los expertos recomiendan que las mujeres y las adolescentes de hasta 25 años de edad se realicen un examen cada año.
4. La clamidia se puede curar con antibióticos, pero si no se trata, puede causar infertilidad u otros problemas a largo plazo.



¿Necesita tratamiento?

Si necesita tratamiento para una enfermedad de transmisión sexual (ETS), comuníquese con Servicios para miembros o con su médico. Puede también encontrar una lista de clínicas de ETS del Departamento de Salud del Condado en Arizona en **azdhs.gov**, o llamando al Departamento de Servicios de Salud de Arizona al **602-542-1025.**



Planes y programas

De qué modo UnitedHealthcare Community Plan trabaja para usted

UnitedHealthcare Community Plan tiene personas que trabajan para usted en todas las áreas de Arizona. Formamos parte de la comunidad. A partir del 1 de octubre de 2013, UnitedHealthcare Community Plan ofrecerá servicios AHCCCS/Medicaid a miembros en 13 condados: **Apache, Coconino, Cochise, Graham, Greenlee, La Paz, Maricopa, Mohave, Navajo, Pima, Santa Cruz, Yavapai y Yuma.** Seguiremos siendo el único plan para Servicios de rehabilitación infantil en el estado.

Contamos con miles de proveedores de atención en todo el estado. Los miembros pueden elegir a sus médicos, especialistas y hospitales de nuestra gran red.

NUESTROS PLANES

UnitedHealthcare Community Plan tiene planes de cobertura de atención médica para adaptarse a distintos tipos de necesidades. Cubrimos a más de 318,000 miembros en Arizona. Prestamos servicio a más de la mitad de las personas con necesidades especiales en Arizona. A partir del 1 de octubre de 2013, los miembros pueden elegir nuestros planes AHCCCS/Medicaid, CRS, DD y Atención a largo plazo al seleccionar UnitedHealthcare Community Plan. Nuestros planes incluyen:

- **AHCCCS/Medicaid:** Un plan para mujeres embarazadas, niños, familias y personas con discapacidades. Hemos prestado servicio a miembros de AHCCCS durante 30 años.
- **Servicios de rehabilitación infantil (CRS):** Para niños y jóvenes que padecen ciertas afecciones crónicas o incapacitantes.
- **Personas con discapacidad del desarrollo:** Para personas con discapacidades del desarrollo como autismo, epilepsia, parálisis cerebral o una discapacidad cognitiva.
- **Atención a largo plazo:** Para personas de la tercera edad, con discapacidad física y con una enfermedad crónica inscritas en Medicaid.

- **UnitedHealthcare Dual Complete (HMO SNP):** para personas que tienen AHCCCS Medicaid y Medicare A y B.

NUESTROS PROGRAMAS

UnitedHealthcare Community Plan tiene programas para ayudar a los miembros a disfrutar de vidas más sanas, los cuales incluyen:

- **Baby Blocks™:** Puede ganar hasta ocho excelentes premios a través de Baby Blocks al visitar al médico durante su embarazo y los primeros 15 meses de vida de su bebé. Mantenerse sano comienza por visitar al médico. Su médico se asegurará de que su bebé esté creciendo bien. Una vez que el bebé nace, su control y los controles de su bebé pueden ayudarle a prevenir enfermedades o a mejorarse si están enfermos. Inscríbase hoy en UHCBabyBlocks.com.
- **Heart Smart Sisters™:** Este programa educa a las mujeres acerca de los comportamientos y las afecciones crónicas que aumentan sus posibilidades de manifestar una enfermedad cardíaca. Los ayuda a hacer cambios en sus vidas que reducen su riesgo de desarrollar una enfermedad cardíaca. Nos asociamos con iglesias, empresas, organizaciones de la comunidad, hospitales y médicos para desarrollar eventos y programas que creen conciencia y cambien conductas. Esté atento a un evento Heart Smart Sisters cerca de usted.
- **Sesame Street (Plaza Sésamo):** Tenemos tres programas de salud infantil con Sesame Workshop. *Lead Away!™* (¡Protégete del plomo!) ofrece información sobre la prueba del plomo y cómo prevenir la intoxicación. *A is for Asthma™* (A es para asma) proporciona herramientas para ayudar a las familias a manejar el asma infantil. *Food for Thought: Eating Well on a Budget* (Buen provecho: Comer sano por menos) ayuda a las familias a buscar alimentos asequibles y nutritivos. Esté atento a un evento Sesame Street *Food for Thought™* cerca de usted.



Rincón de recursos

Servicios para miembros Encuentre un médico, haga preguntas sobre los beneficios o exprese una queja.

1-800-348-4058 (TTY 711)

Healthy First Steps (Primeros pasos saludables) Obtenga asistencia durante el embarazo y sobre paternidad.

1-800-599-5985 (TTY 711)

Nuestro sitio web Utilice nuestro directorio de proveedores o lea el manual para miembros.

UHCCommunityPlan.com

En virtud de los Títulos VI y VII de la Ley de derechos civiles de 1964 (Títulos VI y VII) y la Ley para estadounidenses con discapacidades de 1990 (ADA, por sus siglas en inglés), la Sección 504 de la Ley de rehabilitación de 1973 y la Ley de discriminación por edad de 1975, UnitedHealthcare Community Plan prohíbe la discriminación en internaciones, programas, servicios, actividades o trabajo por motivos de raza, color, religión, sexo, nacionalidad, edad o discapacidad. UnitedHealthcare Community Plan debe realizar las adaptaciones razonables para permitir que una persona con discapacidad participe en un programa, servicio o actividad. Hay disponibles ayudas y servicios auxiliares a solicitud para personas con discapacidades. Por ejemplo, esto significa que si es necesario, UnitedHealthcare Community Plan debe proporcionar intérpretes de lenguaje de señas a las personas que son sordas, un lugar con acceso para sillas de ruedas o materiales impresos en letra grande. Asimismo, significa que UnitedHealthcare Community Plan tomará todas las otras medidas que sean razonables para permitirle entender y participar en un programa o una actividad, incluidos cambios razonables en una actividad. Si cree que no podrá entender o participar en un programa o una actividad debido a su discapacidad, si es posible, infórmenos las necesidades que tiene debido a su discapacidad con anticipación. Para solicitar este documento en un formato alternativo o para obtener más información acerca de esta política, comuníquese con Servicios para miembros al **1-877-653-7573 (TTY 711)**.



Voluntades anticipadas

Dé a conocer su voluntad.

Como miembro de UnitedHealthcare Community Plan, usted tiene derechos y responsabilidades. Uno es el derecho a decidir sobre las diferentes opciones para su atención médica y tratamiento. Para asegurar que las decisiones que usted toma acerca de su atención se sigan, debe escribirlas.

Este documento se conoce como un documento de voluntad anticipada. No es difícil escribir una voluntad anticipada. Ellas indican a los profesionales de atención médica qué desea que se haga en caso de que usted se enferme y no pueda hacerlo por sí mismo. Si no puede expresar sus decisiones, un tribunal puede designar a un tutor para que tome decisiones en su nombre. El poder para atención médica y un testamento vital son ejemplos de voluntades anticipadas.



Obtenga más información. Lea acerca de las voluntades anticipadas en el sitio web del estado de Arizona en azag.gov/life_care.

Competencia cultural

En UnitedHealthcare Community Plan, nos preocupamos por nuestros miembros y valoramos todas las diferencias culturales que ellos poseen. Las creencias respecto de la causa, la prevención y el tratamiento de una enfermedad varían de una cultura a otra. Respetamos esas creencias en las prácticas utilizadas para mantener la salud de los miembros de UnitedHealthcare Community Plan.



Lea sobre ello. Lea acerca de las normas nacionales respecto de Servicios cultural y lingüísticamente adecuados (CLAS, por sus siglas en inglés) en minorityhealth.hhs.gov.