



Health Talk



istock.com/AnnaStills

Primavera 2021

United
Healthcare®
Community Plan

Discapacidades del desarrollo (Developmental Disabilities)

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

Hágase cargo

Prepárese para consultar a su proveedor

Prepararse para la consulta anual puede ayudarle a sacar el máximo provecho. Aquí le sugerimos 3 cosas que puede hacer para ocuparse de su salud.

- 1. Antes de la consulta, considere cómo quiere aprovecharla.** Intente centrar su atención en las 3 cuestiones principales en las que requiere ayuda.
- 2. Informe a su proveedor cuáles medicamentos o vitaminas toma regularmente.** Lleve una lista escrita o lleve el medicamento.
- 3. Informe a su proveedor sobre los otros proveedores que consulta.** Incluya los proveedores de terapias del comportamiento. Mencione los tratamientos que hayan indicado. Lleve las copias de los resultados de los estudios.

Conozca sus opciones

¿Atención primaria, atención de urgencia o sala de emergencias?

Cuando esté enfermo o herido, es posible que no quiera esperar para recibir atención médica. Elegir el lugar correcto al cual acudir puede ayudarle a obtener tratamiento más rápido.

¿Cuándo puede tratarlo su proveedor?

Para la mayoría de las enfermedades y lesiones, el consultorio de su proveedor debe ser el primer lugar al que llame. Es posible que pueda obtener una cita para más tarde ese mismo día o que le den consejos sobre cómo cuidarse en casa. Su médico puede llamar para solicitar una receta para usted en la farmacia. Usted incluso puede llamar en la noche o los fines de semana.

¿Cuándo debe acudir para recibir atención de urgencia?

Si le es imposible obtener una cita con su médico, podría ir a un centro de atención de urgencia, ya que allí atienden a pacientes sin cita previa. En ellos se tratan muchos tipos de enfermedades y lesiones, y se pueden realizar algunos tipos de exámenes de diagnóstico. Muchos centros de atención de urgencia están abiertos en la noche y los fines de semana.

¿Cuándo debe acudir a la sala de emergencia de un hospital?

Las salas de emergencia son solo para emergencias médicas graves, vaya solo cuando considere que su enfermedad o lesión podría ocasionar la muerte o una discapacidad

si no se trata en ese momento. Si acude por un problema menor, es posible que tenga que esperar mucho tiempo. Los hospitales enfrentan problemas durante la temporada de influenza y debido a la pandemia. Ayúdese y ayude a nuestros proveedores de atención médica al elegir la mejor opción. Es importante no esperar a que ocurra una enfermedad grave, sino elegir el lugar adecuado para recibir ayuda.

La atención adecuada

La gestión de la utilización (UM) le permite recibir la atención y los servicios adecuados en la medida en que los requiera.

Nuestro personal de UM revisa los servicios que su proveedor solicita. Se comparan la atención y los servicios que solicita su proveedor con las recomendaciones clínicas. Se compara además lo que se solicita con sus beneficios.

Si la atención no está cubierta por sus beneficios o no sigue las recomendaciones, es posible que sea denegada. No pagamos ni remuneramos a nuestro personal o a nuestros proveedores por denegar servicios o aprobar un menor nivel de atención. Si la atención es denegada, usted y su proveedor pueden apelar. En una carta de denegación se le indicará cómo apelar.



¿Tiene alguna pregunta? Llame a la línea gratuita

de Servicios para miembros al número de teléfono que aparece al reverso de su tarjeta de identificación de miembro. Los servicios de TDD/TTY y de asistencia con el idioma se encuentran disponibles en caso de que los necesite.



Shutterstock/nd3000

Nos preocupamos por usted

Programas voluntarios para ayudarlo a tratar su salud

UnitedHealthcare Community Plan ofrece programas y servicios que le ayudan a mantenerse saludable. También disponemos de servicios que le permiten controlar mejor las enfermedades y otras necesidades de atención. Forman parte de nuestros programas voluntarios para ayudarlo a controlar su salud. Estos pueden incluir:

- Educación en salud y recordatorios
- Apoyo y educación en la maternidad
- Apoyo para los trastornos de consumo de sustancias
- Programas para ayudarlo con necesidades de salud complejas (los directores de cuidados trabajan con su proveedor y otras agencias externas)

Estos programas son voluntarios. Se ofrecen como beneficios cubiertos. Puede elegir interrumpir cualquier programa en cualquier momento.



Cúidese. Visite myuhc.com/CommunityPlan para obtener más información acerca de los médicos de la red y conocer más sobre los beneficios, programas y servicios que se ofrecen. Si quiere una remisión a nuestro programa de coordinación de casos, llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al número que aparece al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

Conozca sus beneficios de medicamentos

Visite myuhc.com/CommunityPlan para obtener información acerca de sus beneficios de medicamentos con receta. Se incluye información sobre:

- **Qué medicamentos están cubiertos.** Hay disponible una lista de medicamentos cubiertos. Es posible que tenga que usar un medicamento genérico en lugar de un medicamento con nombre comercial.
- **Dónde surtir sus recetas.** Puede encontrar una farmacia próxima a su domicilio que acepte su plan. También puede obtener algunos medicamentos por correo.
- **Reglas que pueden aplicar.** Es posible que algunos medicamentos se cubran solamente 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.

- **Costos para usted.** Es posible que tenga que pagar copagos por las recetas.
- **Tratamiento asistido con medicación (Medication-assisted treatment, MAT).** Si recibe MAT debido a un trastorno por consumo de sustancias (Substance Use Disorder, SUD) de su proveedor, este debe remitirlo a un proveedor de salud del comportamiento para el componente de terapia psicológica o conductual, así como coordinar la atención con el proveedor de salud del comportamiento.



Búsquelo. Encuentre información sobre sus beneficios de medicamentos en myuhc.com/CommunityPlan. O bien, llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al número que aparece al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

Cuidados posteriores a la hospitalización

Infórmese sobre qué hacer cuando regrese a su casa después de la hospitalización

Es importante recibir indicaciones de cuidados posteriores antes de regresar a casa después de su hospitalización o de su estancia en la sala de emergencias (ER). Asegúrese de entender las indicaciones. Pregunte si no entiende algo. Puede pedirle a una persona en quien confíe que escuche las indicaciones para que también entienda lo que se supone que debe hacer al regresar a casa.

Programe una cita con su proveedor de atención primaria tan pronto como llegue a casa del hospital. Lleve las indicaciones de cuidados posteriores a la hospitalización y los medicamentos para mostrárselos al médico. Un seguimiento adecuado puede evitar otra visita al hospital o a la sala de emergencias.

iStock.com/FG Trade



Su socio en salud

Su proveedor de atención primaria brinda o coordina su atención médica. Debe consultar a su proveedor anualmente para controles, vacunas y exámenes de detección importantes.

Debe sentirse cómodo al hablar con su proveedor. Tanto la ubicación del consultorio de su proveedor como su horario de atención deben ajustarse a sus necesidades. Quizás, prefiera un proveedor que hable su idioma o entienda su cultura, o prefiera que sea hombre o mujer. Puede cambiar de proveedor en cualquier momento si encuentra que no es el adecuado para usted.

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 para

adultos. Su hija puede necesitar un proveedor de salud de la mujer, como un obstetra/ginecólogo.

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
- Calificaciones
- Especialidad
- Certificación de la Junta
- Idiomas que hablan
- Facultad de medicina o residencia (información disponible solo por teléfono)



Elija a su proveedor. Para encontrar un nuevo proveedor, visite myuhc.com/CommunityPlan. O bien, llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al número que aparece al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

Siga el Manual

¿Ha leído su Manual para miembros? Es una excelente fuente de información. Le indica cómo usar su plan y explica:

- Sus derechos y responsabilidades como miembro
- Los beneficios y servicios a su disposición
- Los beneficios y servicios que no están a su disposición (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 del comportamiento, 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
- Cómo denunciar fraude y abuso



Obtenga todo. Puede leer el Manual para miembros en línea en myuhc.com/CommunityPlan. O bien, llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al número que aparece al reverso de su tarjeta de identificación de miembro para solicitar una copia impresa.



iStock.com/RapidEye

Dejar de fumar no es sencillo

La mayoría de las personas que fuman cigarrillos quieren dejar de fumar. De hecho, más de la mitad de los adultos fumadores declararon haber intentado dejar de fumar el pasado año. Pero tan solo 7.5% lo lograron.

No se desanime si no logró dejar el cigarrillo la primera vez que lo intentó. Consulte a su proveedor. Sus recomendaciones aumentarán la probabilidad de que usted abandone el cigarrillo de forma definitiva. Hasta una breve charla de 3 minutos puede marcar la diferencia.



Usted puede lograrlo. No deje de intentarlo.

Coordine hoy mismo una consulta con su proveedor. O bien, llame a la línea de ayuda para dejar de fumar de Arizona (ashline.org) al **1-800-55-66-222**, TTY **711**.

Beneficios de la lactancia materna

Por qué la lactancia materna es buena para usted y para su bebé

La lactancia materna tiene una gran cantidad de beneficios para la madre y el bebé. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), no es probable que la leche materna transmita el virus COVID-19 a los bebés. De acuerdo con la evidencia actual, los beneficios superan cualquier posible riesgo de transmisión. La leche materna brinda protección contra muchas enfermedades y es la mejor fuente de nutrición para la mayoría de los bebés.

Para las mamás, las ventajas son:

- Le ayuda a perder el peso que aumentó en el embarazo.
- Disminuye el riesgo de tener diabetes tipo 2, presión arterial alta o hipertensión y enfermedades cardíacas.
- Ayuda a sanar su cuerpo después del parto.
- Le da cercanía con su bebé.
- Ahorra dinero.

Para los bebés, las ventajas son:

- La lactancia materna posee la cantidad adecuada de grasa, azúcar, agua, proteína y minerales requeridos para el desarrollo y crecimiento de un bebé.

- La leche materna es más fácil para digerir que la leche de fórmula, además los niños que son amamantados, tienen menos gases, problemas de alimentación y estreñimiento.
- La leche materna contiene anticuerpos que protegen a los recién nacidos de ciertas enfermedades como infecciones en el oído, diarrea, problemas respiratorios y alergias.
- Los bebés que son amamantados tienen un menor riesgo de sufrir el síndrome de muerte súbita infantil (SMSI).

Si desea obtener más información o si tiene preguntas acerca de la lactancia materna, hay recursos disponibles.



Hable con su médico. Para obtener respuesta a sus preguntas sobre la lactancia materna las 24 horas del día, llame a Arizona Department of Health Services (departamento de Servicios de Salud de Arizona) a la línea directa de servicio de lactancia materna las 24 horas al **1-800-833-4642**, TTY **711**. Llame a la línea de asistencia con la lactancia materna del programa de salud pública para mujeres, bebés y niños (Women, Infant and Children, WIC) al **1-800-994-9662**, TTY **711**.

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 (Americans with Disabilities Act, ADA), 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 hospitalizaciones, programas, servicios, actividades o trabajo por motivos de raza, color, religión, sexo, nacionalidad, edad y discapacidad. UnitedHealthcare Community Plan debe realizar las adaptaciones razonables para permitir que una persona con discapacidad participe en un programa, un servicio o una 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 con anticipación las necesidades que tiene debido a su discapacidad. Para solicitar este documento en un formato alternativo o para obtener más información acerca de esta política, llame a Servicios para miembros al **1-800-348-4058**, TTY **711**.



¡A cepillarse los dientes!

Una boca sana es más que solo una sonrisa radiante. También es importante para su salud. Las caries en los niños pueden causar problemas para comer, hablar y aprender. Los niños en Arizona tienen un promedio de 5 dientes con caries. Uno de cada tres de esos niños tienen caries que deben tratarse.

Crear buenos hábitos dentales a temprana edad ayudará a mantener los dientes y las encías de su hijo fuertes y saludables. Visitar al dentista cada seis meses y cepillarse los dientes dos veces al día son una excelente forma de comenzar. Cuando aparezcan los primeros dientes de su hijo, cepíllelos con un cepillo de dientes blando. Es necesario limpiar con seda dental los dientes que se tocan entre sí. Los niños pequeños necesitan ayuda para lavarse los dientes. Los padres o cuidadores deben ayudarlos a cepillarse o usar seda dental hasta que tengan entre siete y ocho años.

El proveedor de su hijo puede recomendar la aplicación de barniz de fluoruro. El fluoruro ayuda a fortalecer los dientes y puede hacerlos menos propensos a tener caries. El barniz de fluoruro puede aplicarse a los dientes de su hijo a partir de los 6 meses. Su proveedor puede aplicar el fluoruro dos veces al año hasta que su hijo cumpla 2 años. Esto es adicional al tratamiento con fluoruro que el dentista le aplica a su hijo.



Encuentre su centro dental. Conectamos a todos nuestros miembros menores de 21 años con un centro dental. Si no sabe cuál es su centro dental o si necesita ayuda para cambiar su centro, llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al **1-800-348-4058**, TTY **711**, para recibir ayuda.

COVID y embarazo

De acuerdo con los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), las personas embarazadas tienen un mayor riesgo de contraer enfermedades graves por COVID-19 en comparación con las personas que no están embarazadas. Además, las personas embarazadas que tienen COVID-19 podrían tener un mayor riesgo de tener otros resultados adversos, como un parto prematuro.

Si está embarazada:

- No falte a sus citas médicas durante y después del embarazo. Si le preocupa acudir a sus citas debido al COVID-19, pregunte a su proveedor de atención médica qué medidas están tomando para separar a los pacientes sanos de aquellos que pueden estar enfermos. Es posible que realicen citas por teléfono o vídeo.
- Obtenga las vacunas recomendadas. Recibir las vacunas recomendadas durante el embarazo puede ayudar a protegerla a usted y a su bebé. Hable con su médico acerca de la administración de las vacunas contra la influenza y la tos ferina (Tdap) durante su embarazo. Ambas pueden afectar la respiración y tener síntomas similares a los del COVID-19.

Llame a su proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta sobre salud. Si cree que tiene COVID-19, llame dentro de 24 horas.

Camine

Salir a caminar todos los días es una forma simple de mejorar su salud general. La actividad física contribuye a reducir el riesgo a padecer enfermedades crónicas como cardiopatías y diabetes. Se ha demostrado que la salud mental mejora con el aire fresco y el contacto con la naturaleza.



iStock.com/deyanggeorgiev

No está solo

¿Sabía que más de 17 millones de adultos estadounidenses sufren de depresión? Además, la probabilidad de que las mujeres sufran de depresión duplica la de los hombres. Para conocer mejor las diferentes opciones de tratamiento de la depresión, visite [LiveandWorkWell.com](https://www.liveandworkwell.com).



iStock.com/svetlida



iStock.com/FreshSplash

¿Sabía que...?

Las vacunas son seguras para los niños. Numerosos estudios han revelado que no existe ningún vínculo entre las vacunas y el autismo.

Vele por la salud de su hijo

Los controles del niño sano son importantes en todas las edades

Las consultas para el control del niño sano con el pediatra son importantes. Son necesarias durante toda la infancia, desde que son bebés hasta la adolescencia. A estas consultas también se les conoce como consultas de detección, diagnóstico y tratamiento temprano y periódico (Early and Periodic Screening, Diagnosis and Treatment, EPSDT).

Llame al pediatra de su hijo para programar una cita de control del niño sano. El proveedor de su hijo también puede ayudar si su hijo se enferma. Las salas de emergencias solo se deben usar para verdaderas emergencias. Lleve la tarjeta de identificación del plan de salud y el registro de vacunas de su hijo a cada consulta.

Los controles del niño sano pueden incluir:

- Un examen físico.
- Vacunas o inmunizaciones.
- El control y la asistencia en caso de alto nivel de plomo en la sangre (este puede causar problemas en el aprendizaje, pérdida de la audición, daño cerebral, pérdida de peso, irritabilidad, vómitos, cansancio y dolor abdominal).
- Pruebas de visión y audición.
- Explicaciones sobre la prevención y tratamiento de problemas de obesidad en la infancia referentes a la actividad física y la nutrición.
- Evaluaciones del desarrollo del habla, alimentación y actividad física (el proveedor puede ofrecer a los niños con dificultades terapias de desarrollo de cada una de estas habilidades).
- Preguntas acerca de la salud y los antecedentes médicos de su hijo.
- Análisis de laboratorio, por ejemplo, de orina y sangre.

Para los adolescentes y adultos jóvenes, el médico también puede abordar los siguientes temas:

- Autoestima y buena salud mental.
- Cambios del cuerpo.

- Control de la natalidad (los servicios y suministros de la planificación familiar no tienen costo).
- Cómo tomar buenas decisiones y seguir conductas sanas.
- Dieta y peso.
- Prevención de enfermedades de transmisión sexual (ETS) y pruebas para detectarlas, sin costo.
- Peligros del tabaco, el alcohol y otras drogas.
- Prevención de lesiones e intentos de suicidio, acoso, violencia y conductas sexuales riesgosas.

Los niños deben controlarse en las siguientes etapas:

- 3 a 5 días de edad
- 1 mes de edad
- 2 meses de edad
- 4 meses de edad
- 6 meses de edad
- 9 meses de edad
- 12 meses de edad
- 15 meses de edad
- 18 meses de edad
- 24 meses de edad
- 3 años de edad
- 4 años de edad
- 5 años de edad
- 6 años de edad
- 7 a 8 años de edad
- 9 a 12 años de edad
- 13 a 17 años de edad
- 18 a 21 años de edad



iStock.com/FatCamera

Rincón de recursos

Servicios para miembros: Encuentre un médico, solicite un manual de miembros, pregunte por sus beneficios u obtenga ayuda para concertar una cita, en cualquier idioma (llamada gratuita).
1-800-348-4058, TTY 711

Nuestro sitio web: Encuentre un proveedor, consulte sus beneficios o su tarjeta de identificación, dondequiera que se encuentre.
myuhc.com/CommunityPlan

NurseLine: Obtenga asesoramiento en salud por parte de una enfermera las 24 horas del día, los 7 días de la semana (llamada gratuita).
1-877-440-0255, TTY 711

Healthy First Steps®: Reciba apoyo durante su embarazo. Reciba recompensas por un cuidado oportuno prenatal y del bienestar del bebé (llamada gratuita).
1-800-599-5985, TTY 711
UHCHealthyFirstSteps.com

Líneas de crisis para ayuda con situaciones de crisis mental o emocional:
1-877-756-4090, TTY 711
(Norte de Arizona)
1-800-631-1314, TTY 711
(Arizona Central)
1-866-495-6735, TTY 711
(Sur de Arizona)

Oficina de Asuntos Individuales y Familiares (Office of Individual and Family Affairs, OIFA): Estamos aquí para ayudar. Llame a Servicios para miembros y pida hablar con la OIFA.
1-800-348-4058, TTY 711

Programa de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (WIC) de Arizona: Es un programa de nutrición que ayuda a toda la familia a aprender a comer y mantenerse saludable.
1-800-252-5942, TTY 711

Protección contra el COVID-19

Un mensaje importante de UnitedHealthcare

Su salud y bienestar son nuestra mayor prioridad. Por ello queremos asegurarnos de que esté informado sobre el coronavirus (COVID-19). Estamos trabajando conjuntamente con los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC) y siguiendo la última información. Además, estamos en contacto con los departamentos de salud públicos locales y estatales.

¿Cómo puedo protegerme del COVID-19?

La mejor forma de prevenir la enfermedad es no exponerse al virus. Al igual que con cualquier otra enfermedad, como puede ser la gripe, es importante seguir las buenas prácticas de prevención, que incluyen:

- Usar tapabocas para protegerse a sí mismo y a los demás
- Evitar multitudes y tratar de mantenerse alejado de las personas que puedan estar enfermas (cuantas más personas estén en contacto con usted, más probabilidades tendrá de estar expuesto al COVID-19)
- Lavarse las manos con agua y jabón durante 20 segundos o utilizar desinfectante para manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol si no cuenta con agua y jabón
- Limpiar y desinfectar las superficies que toca con frecuencia
- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo de papel al toser o estornudar, y después desechar el pañuelo
- Vacunarse cuando sea elegible



Manténgase informado. Para obtener información actualizada de los recursos y sitios de vacunación del COVID-19, visite **UHCCommunityPlan.com/AZ**. Para obtener información sobre la prevención del COVID-19, así como información sobre su cobertura, atención y apoyo, visite **UHCCommunityPlan.com/covid-19**.



Los servicios por contrato se financian bajo contrato con el Estado de Arizona. UnitedHealthcare Community Plan no da un tratamiento diferente a sus miembros en base a su sexo, edad, raza, color, discapacidad u origen nacional.

Si usted piensa que ha sido tratado injustamente por razones como su sexo, edad, raza, color, discapacidad u origen nacional, puede enviar una queja a:

Civil Rights Coordinator
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance
P.O. Box 30608
Salt Lake City, UTAH 84130
UHC_Civil_Rights@uhc.com

Usted tiene que enviar la queja dentro de los 60 días de la fecha cuando se enteró de ella. Se le enviará la decisión en un plazo de 30 días. Si no está de acuerdo con la decisión, tiene 15 días para solicitar que la consideremos de nuevo.

Si usted necesita ayuda con su queja, por favor llame al **1-800-348-4058**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

Usted también puede presentar una queja con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.

Internet:

<https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>

Formas para las quejas se encuentran disponibles en:

<http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>

Teléfono:

Llamada gratuita, **1-800-368-1019**, **1-800-537-7697** (TDD)

Correo:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201

Si necesita ayuda para presentar su queja, por favor llame a Servicios para Miembros al **1-800-348-4058**, TTY **711**.

Se proporcionan servicios para ayudarle a comunicarse con nosotros, tales como otros idiomas o letra grande, sin costo para los miembros. O bien, puede solicitar un intérprete. Para pedir ayuda, por favor llame a Servicios para Miembros del **1-800-348-4058**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

Bajo los Títulos VI y VII de la Ley de Derechos Civiles de 1964 (Título VI y VII) y la Ley de Estadounidenses con Discapacidades de 1990 (ADA), 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 admisiones, programas, servicios, actividades o empleo basados en raza, color, religión, sexo, origen nacional, edad y discapacidad. UnitedHealthcare Community Plan debe hacer un ajuste razonable para permitir que una persona con discapacidad participe en un programa, servicio o actividad. Las ayudas y servicios auxiliares están disponibles a pedido de personas con discapacidades. Por ejemplo, esto significa que, si es necesario, UnitedHealthcare Community Plan debe proporcionar intérpretes de lenguaje de señas para personas sordas, lugares accesibles para sillas de ruedas o materiales impresos ampliados. También significa que UnitedHealthcare Community Plan tomará cualquier otra acción razonable que le permita participar y entender un programa o actividad, incluso realizar cambios razonables en una actividad. Si cree que no podrá entender o participar en un programa o actividad debido a su discapacidad, háganos saber con anticipación sus necesidades de discapacidad, si es posible. Para solicitar este documento en un formato alternativo o para obtener más información sobre esta política, comuníquese con: Servicios para Miembros de UnitedHealthcare Community Plan al **1-800-348-4058**. Para obtener este documento en otro formato, obtenga información adicional sobre esta política, comuníquese con UnitedHealthcare Community Plan.