

## Guía de Inicio

# Obtenga lo mejor de su plan de salud.



Revise en el interior:

- Cómo obtener ayuda
- Beneficios
- Extras
- Obteniendo cuidados de salud





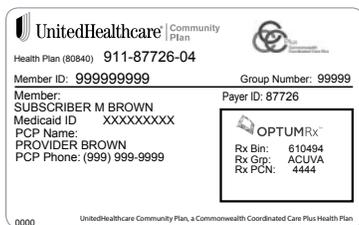
## Más simple para usted. Esa es nuestra promesa.

Le agradecemos que usted se haya unido a UnitedHealthcare Community Plan. Queremos estar seguros de que usted tiene toda la información que necesita para hacer de esto la mejor experiencia posible acerca de cuidados de salud. Esta guía lo llevará a través de los pasos más importantes para el inicio.



### IMPORTANTE: ¿Tiene usted su tarjeta de identificación como miembro?

Usted necesitará esta tarjeta cuando quiera obtener servicios para los cuidados de salud:



Esta es su tarjeta de identificación como miembro de UnitedHealthcare Community Plan. Si usted no ha recibido esta tarjeta, por favor llámenos al **1-866-622-7982, TTY 711.**



### Vea nuestros videos de inicio.

Ellos duran menos de dos minutos y contienen amplia información de ayuda. Acuda a **[UHCWelcomeVA.com](http://UHCWelcomeVA.com)**.



# PARA OBTENER AYUDA



## Servicios para Miembros.

Si usted tiene cualquier pregunta o si necesita ayuda con su plan de salud, nuestro **Servicios para Miembros** está aquí para asistirle. Llame para obtener ayuda en cualquiera de lo siguiente:



## Su Coordinador de Cuidados.

Su Coordinador de Cuidados es un servicio incluido con su plan de salud sin un costo extra.

### ¿Que es un Coordinador de Cuidados?

Su Coordinador de Cuidados es un asistente personal que puede ayudarle a hacer muchas cosas, incluyendo:

- Hacer un plan para cubrir sus necesidades de cuidados.
- Obtener servicios basados en la comunidad.
- Hacer sus citas médicas.

### ¿Cuándo debo contactar a mi Coordinador de Cuidados?

Llame a su Coordinador de Cuidados al **1-866-622-7982** si usted necesita ayuda o tiene preguntas acerca de sus cuidados de salud.



## Conéctese.

Nosotros le facilitamos la manera para que usted pueda obtener la información que quiere y necesita.

- **Regístrese en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan).** Este es un sitio seguro en internet para los miembros. Vea los beneficios cubiertos, haga búsquedas de proveedores, consulte el manual para miembros, mucho más.
- **Descargue la aplicación móvil UnitedHealthcare Health4Me®.** Esta ha sido diseñada para personas activas e incluye muchas de las mismas características que existen en el sitio en internet para los miembros. Encuentre esta app en la tienda de Apps o en Google Play.
- **Síguenos en Facebook en [facebook.com/UnitedHealthcareCommunityPlan](https://www.facebook.com/UnitedHealthcareCommunityPlan).** Encuentre información divertida, útil e interesante para usted y para su familia.



1-866-622-7982, TTY 711



[myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)



Health4Me app



# SUS BENEFICIOS

No hay ningún costo para usted para la mayoría de los beneficios y servicios. Consulte su **manual para miembros** o visite **myuhc.com/CommunityPlan** para más detalles.

BENEFICIOS MÉDICOS	SU COSTO DENTRO DE LA RED
<p><b>VISITAS AL DOCTOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Visitas anuales para el bienestar</li><li>Visitas para el bienestar del niño</li><li>Vistas al Proveedor de Atención Primaria (PCP)</li><li>Visitas a especialistas</li></ul>	<p>Copago de <b>\$0</b></p>
<p><b>SERVICIOS COMÚNES</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Emergencias y Cuidados de Urgencia</li><li>Servicios de hospital</li><li>Vacunaciones</li><li>Servicios de laboratorio y radiografías</li><li>Cuidados en el embarazo</li></ul>	<p>Copago de <b>\$0</b></p>
<p><b>OTROS SERVICIOS CUBIERTOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Administración de cuidados</li><li>Suministros para diabetes</li><li>Planificación familiar</li><li>Servicios de audición</li><li>Tratamiento para la salud mental y por el uso de sustancias</li></ul>	<p>Copago de <b>\$0</b></p>



## Proveedores dentro de la red.

Usted está cubierto por servicios provistos por proveedores dentro de la red. Encuentre una lista de los doctores, dentistas, clínicas, farmacias y especialistas en internet en la dirección: **myuhc.com/CommunityPlan**, o llame a Servicios para Miembros al **1-866-622-7982, TTY 711**.



# SUS BENEFICIOS

Asegúrese de usar todos los servicios extras que usted obtiene siendo un miembro de UnitedHealthcare.



## Programa MyHealthLine teléfono celular gratuito.

Poder conectarse con usted es esencial para el apoyo del mejoramiento de sus metas de salud. Para el apoyo de comunicaciones abiertas, nosotros daremos nuestro programa gratuito de telefonía celular, MyHealthLine, a todos los miembros elegibles. MyHealthLine le da 350 minutos al mes y textos ilimitados. Dándole a usted un teléfono celular pre-programado con los contactos de UnitedHealthcare Community Plan, los miembros pueden rápida y fácilmente contactarnos para discutir preguntas acerca de sus beneficios o para obtener apoyo de nuestra Línea de Enfermeras (NurseLine).



## Weight Watchers.

Nosotros le proveeremos con cupones para 10 sesiones de Weight Watchers anualmente a los miembros de 10 años o más. Los miembros aprenderán valiosas habilidades acerca de la nutrición sana y de la forma de perder peso. Las revisiones y coordinación se harán a través de los Coordinadores de Cuidados. Aprobación es necesaria.



## Premios para las mamás.

Con Baby Blocks™, usted puede ganar grandes premios por completar sus revisiones médicas a tiempo durante y después de su embarazo. Cuando usted se inscribe, obtiene una tarjeta de regalo o prendas de vestir de moda para el bebé. Después, gana hasta siete más premios cuando visita al doctor durante su embarazo y durante los primeros 15 meses de la vida del bebé. Inscribese en [UHCBabyBlocks.com](http://UHCBabyBlocks.com).



## Consulte su manual para miembros.

Encuentre los detalles acerca de los beneficios cubiertos y programas especiales disponibles para usted en el manual para miembros. Usted siempre puede encontrarlo en internet en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan).



1-866-622-7982, TTY 711



[myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)



Health4Me app



# SUS BENEFICIOS



## Medicamentos de receta.

Usted tiene cobertura para sus medicamentos de receta. Consulte su manual para miembros para conocer información acerca de la cobertura de medicamentos genéricos y de nombre.

Asegúrese que:

- Este medicamento se encuentra dentro de la Lista de Medicamentos Preferidos (PDL).\*
- La receta está expedida por un proveedor dentro de la red.\*
- El medicamento se le surte en una farmacia dentro de la red.\*
- Usted muestra su tarjeta de identificación como miembro cuando le surten el medicamento.

\* Encuentre los proveedores de la red, farmacias y una copia de la PDL en la dirección en internet: [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan). O llame a Servicios para Miembros al **1-866-622-7982, TTY 711**.



## Servicios para la visión.

Los servicios para la visión incluyen un examen de ojos de rutina al año y un par de anteojos graduados cada dos años.



## Transporte.

El transporte puede proveerse si usted no tiene ningún otro medio de transporte y necesita ir al doctor o a una institución para los cuidados de salud para recibir un servicio cubierto. Para citas médicas urgentes o citas que no son emergencias, llame a la línea de reservaciones al **1-866-622-7982, TTY 711**.

**Teléfono de Liberty:**  
1-855-855-9080

**Liberty TTY:**  
1-855-762-6236

**Teléfono de MTM:**  
1-888-258-0521

Llame para hacer una reservación de transporte o para asistencia en el transporte. Para transporte que no sea de urgencia, por favor llame tres días por adelantado.

- MTM da servicio a las regiones de Tidewater, Western/Charlottesville y Northern/Winchester.
- Liberty da servicio a las regiones de Southwest, Roanoke/Alleghany y Central.

Por favor haga sus reservaciones por los menos tres días por adelantado. La disponibilidad es de las 8 a.m. a las 8 p.m. tiempo del Este, de lunes a viernes solamente.



## Cuidados dentales.

Los servicios dentales se proveen a través del programa Smiles for Children.

Si usted tiene cualquier pregunta acerca de su cobertura dental a través de Smiles for Children, usted puede contactar a Servicios para Miembros de DentaQuest al 1-888-912-3456, de lunes a viernes, de las 8:00 a.m. a las 6:00 p.m. tiempo del Este. El número TTY/TDD es 1-800-466-7566. Información adicional se provee en: [https://www.coverva.org/programs\\_smiles.cfm](https://www.coverva.org/programs_smiles.cfm).

Si usted es un adulto de 21 años o mayor, recibe ciertos beneficios extras como beneficios dentales preventivos, incluyendo dos exámenes/limpieza de dientes y un estudio radiográfico cada año. Para conocer más detalles, llame a Servicios para Miembros al **1-866-622-7982, TTY 711**.



# OBTENER CUIDADOS



## Su Proveedor de Atención Primaria.

Nosotros le llamamos a su doctor principal con quién consulta Proveedor de Atención Primaria o PCP. Cuando usted consulta con el mismo PCP por un tiempo, es más fácil desarrollar una relación.

Vea a su PCP para:

- Cuidados de rutina, incluyendo las revisiones anuales.
- Coordinar sus cuidados con un especialista.
- Tratamientos para resfriados y la gripe.
- Referencias para servicios que no sean una emergencia.
- Información para poder contactar los servicios médicos.
- Administrar los problemas médicos.
- Otras preocupaciones acerca de la salud.



## Haga una cita para el examen del bienestar pronto.

Un examen anual para el bienestar con su PCP es importante para tener una buena salud. Estas visitas se cubren por completo. Haga una cita dentro de los primeros 30 días después de suscribirse a nuestro plan de salud.



## Cambie a su PCP en cualquier momento.

Es importante tener a un PCP que a usted le guste y que le tenga con fianza. Usted puede cambiar a su PCP en cualquier momento simplemente llamándonos. Si usted quiere, nosotros podemos recomendarle a uno.



¿Necesita ayuda para encontrar a un PCP? Llámenos al  
**1-866-622-7982,**  
**TTY 711.**



1-866-622-7982, TTY 711



[myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)



Health4Me app

## Sitios para obtener los cuidados de salud.



### Su Proveedor de Atención Primaria (PCP).

Esta es la persona que usted visita para recibir la mayoría de sus cuidados de salud. Esto incluye revisiones de salud, tratamientos, vacunaciones, lesiones menores y preocupaciones acerca de su salud.



### Clínicas de Cuidados Urgentes.

Las clínicas de la red de Cuidados Urgentes son buenas opciones si usted tiene una enfermedad o lesión que necesita una rápida atención. Esto puede incluir esguinces (torceduras) o distensiones musculares, cortaduras menores pero que necesitan sutura, dolores de garganta, quemaduras leves, irritación de piel, fiebre o una infección de cualquier tipo.



### Cuidados de emergencia.

Este nivel de cuidados es para dolor en el pecho, sangrado que no se detiene, problemas respirando, severas reacciones de piel en alergias o el sentimiento que usted pueda lastimar a usted mismo o a otra persona. Si es una emergencia, **llame al 911 o acuda a la sala de emergencia más cercana.**



### Nosotros hablamos su idioma.

Si usted habla otro idioma que no es inglés, nosotros podemos proveer materiales traducidos o podemos proveer un intérprete que le ayude a entender esos materiales. Usted puede encontrar más información acerca de los Servicios interpretativos y Asistencia del idioma en el manual para miembros. También puede llamar a Servicios para Miembros al **1-866-622-7982, TTY 711.**



1-866-622-7982, TTY 711



[myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan)



Health4Me app