



Health Talk

Su viaje hacia una mejor salud



iStock.com/A.J. Watt

Verano 2023

Turn over for English!

Cuidado a largo plazo

**United
Healthcare**
Community Plan

Qué contiene

Podemos ayudarle a encontrar un médico que entienda su cultura. También podemos ayudarle con servicios de traducción si los necesita. Consulte la Página 2 para obtener más información.



Renovación de Medicaid

Actúe

Qué debe hacer para renovar su elegibilidad a Medicaid

Los miembros de Medicaid deben renovar su cobertura cada año. Su estado le dirá cuándo tiene que renovar. Pueden llamarlo recertificación o redeterminación.

Asegúrese de que el estado puede ponerse en contacto con usted cuando llegue el momento de la renovación. Indíqueles su dirección actual, su correo electrónico y su número telefónico. Debe responder cuando se pongan en contacto con usted. Si no lo hace, podría perder su plan de salud.



Estamos aquí para ayudar. Más información en uhc.com/staycovered.



iStock.com/oatawa

Salud bucal

Boca saludable, salud para usted



iStock.com/andresr

Los buenos hábitos dentales mantienen fuertes los dientes y las encías

Una boca saludable es una parte importante de su salud general. Cuando cuida sus dientes, está cuidando su cuerpo. Las caries pueden causar problemas para comer, hablar y aprender.

Más de la mitad de los niños de kindergarten de Arizona tienen antecedentes de caries. Esa cifra alcanza el 64% para tercer grado de primaria.

No olvide el fluoruro

El fluoruro ayuda a fortalecer los dientes y puede hacer que sean menos propensos a tener caries. El médico de atención primaria de su hijo puede aplicar un barniz de flúor a partir de los 6 meses y cada 3 meses hasta los 2 años. El dentista puede seguir aplicando fluoruro incluso después de los 2 años.

Conseguir que los niños participen y se entusiasmen con su salud oral les ayudará a tener buenos hábitos de por vida. Todos los miembros de la familia deben visitar al dentista cada 6 meses y cepillarse los dientes dos veces al día. Utilice hilo dental una vez al día para limpiar entre los dientes. Los niños menores de 8 años pueden necesitar ayuda para cepillarse los dientes y usar hilo dental.



Encuentre su centro dental. Conectamos a todos nuestros miembros menores de 21 años con un centro dental. Se trata de un dentista o consultorio dental específico al que puede acudir para atender las necesidades odontológicas de su familia. Si no sabe dónde está su centro dental o necesita ayuda para cambiarlo, podemos ayudarle. Llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al número telefónico que aparece en la Página 4.

La experiencia de los miembros

Ayuda para miembros de todas las culturas

Nos preocupamos por nuestros miembros. Valoramos las diferencias culturales que tienen. Respetamos sus diferentes creencias sobre la causa, la prevención y el tratamiento de las enfermedades.

Intentamos cubrir todas las necesidades de comunicación de nuestros miembros. Podemos ofrecer servicios de interpretación o traducción sin costo alguno. También podemos

proporcionarle materiales para miembros en un idioma o formato que le resulte más fácil de entender.



Estamos aquí para ayudar. Llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al número telefónico que aparece en la página 4. Podemos ayudarle a encontrar un médico que entienda sus necesidades culturales, servicios de traducción y conseguirle material en otro idioma o formato.

¿Está usted libre del VIH?

Hágase la prueba durante el embarazo para estar segura

Cualquier miembro puede someterse a la prueba del virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) en cualquier momento. Si está embarazada y tiene VIH, el virus puede transmitirse a su bebé. La buena noticia es que el tratamiento durante el embarazo y el tratamiento del bebé después del nacimiento pueden reducir en gran medida la probabilidad de que esto ocurra.

Hable con su médico de atención primaria o de maternidad o póngase en contacto con el departamento local de salud pública para que le hagan las pruebas. Las pruebas están disponibles en el Arizona Family Partnership. Para obtener más información, llame al **1-888-272-5652** o visite **arizonafamilyhealth.org**. Planned Parenthood también ofrece pruebas y servicios. Para obtener más información, llame al **1-800-230-7526**. Si su prueba es positiva, puede recibir tratamiento especializado y asesoramiento médico.



iStock.com/FG Trade

Salud de la mujer

Solo para mujeres

Puede recibir servicios de salud preventiva para mujeres cada año. La atención preventiva la mantiene sana al verificar los primeros signos de cualquier problema de salud. Esto permite a su proveedor tratar los problemas a tiempo.

Esta visita anual no requiere hacer un copago ni ningún otro gasto. Podemos ayudarla a programar una cita con su ginecólogo o proveedor de atención primaria (PCP). También podemos llevarla a su visita si lo necesita.

Los servicios que se cubren durante esta visita incluyen:

- Un examen físico
- Examen clínico de mamas
- Orientación sobre planificación familiar
- Inmunizaciones
- Orientación para detectar y reducir los factores de riesgo antes de quedar embarazada



Vacunas

Cobertura Parte D

A excepción de las vacunas cubiertas por la Parte B de Medicare (seguro médico), los planes de medicamentos de Medicare deben cubrir todas las vacunas disponibles en el mercado (como la vacuna contra el herpes zóster) cuando sean médicamente necesarias para prevenir enfermedades.

Recursos para miembros

Estamos aquí para usted

Queremos que le sea lo más fácil posible aprovechar al máximo su plan médico. Como miembro, usted tiene numerosos servicios y beneficios a su disposición.

Servicios para miembros: Obtenga ayuda con sus preguntas y preocupaciones. Encuentre un proveedor o centro médico de urgencias, pregunte por sus beneficios u obtenga ayuda para programar una cita en cualquier idioma (llamada gratuita).

1-800-293-3740, TTY 711

Nuestro sitio web: Nuestro sitio web guarda toda su información médica en un solo lugar. Puede encontrar un proveedor, consultar sus beneficios o su tarjeta de identificación de miembro, dondequiera que se encuentre.

myuhc.com/communityplan

Aplicación de UnitedHealthcare: Acceda a la información de su plan de salud dondequiera que esté. Consulte su cobertura y beneficios. Encuentre proveedores cercanos dentro de la red. Consulte su tarjeta de identificación de miembro, obtenga indicaciones para llegar al consultorio de su proveedor y mucho más.

Descárguela desde la App Store o Google Play

NurseLine: Obtenga asesoramiento médico por parte de una enfermera las 24 horas del día, los 7 días de la semana sin costo para usted (llamada gratuita).

1-877-440-0255, TTY 711

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

1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669)

ashline.org

Transporte: Si necesita que lo lleven a una cita y no puede obtener o pagar su propio transporte, podemos ayudarlo. Ofrecemos transporte no urgente para los servicios cubiertos de AHCCCS. Llame al menos 72 horas antes de su consulta médica. Llame en cualquier momento si necesita que lo lleven a un centro de atención de urgencia o si lo dan de alta del hospital. Si prefiere utilizar el transporte público, esta opción también está disponible.

1-888-700-6822 o 1-602-889-1777, TTY 711



istock.com/Studio4

Administración de cuidados: Este programa es para miembros con enfermedades crónicas y necesidades complejas. Puede recibir llamadas telefónicas, consultas a domicilio, educación en salud, remisiones a recursos de la comunidad, recordatorios de citas, asistencia con el transporte y más (llamada gratuita).

1-800-293-3740, TTY 711

Assurance Wireless: Obtenga datos de alta velocidad, minutos y mensajes de texto ilimitados cada mes. Además, un teléfono inteligente Android sin costo alguno para usted. **assurancewireless.com/partner/buhc**

Sanvello: Esta aplicación de salud y bienestar cuenta con recursos como viajes guiados, herramientas de adaptación y apoyo comunitario. Descargue la aplicación. Cree una cuenta. Elija “upgrade through insurance” (actualización a través del seguro). Busque y seleccione UnitedHealthcare. Introduzca los datos de su tarjeta de identificación de miembro. **sanvello.com**

Pase a lo digital: Suscríbase al correo electrónico, mensajes de texto y archivos digitales para recibir más rápidamente su información médica. **myuhc.com/communityplan/preference**

Línea telefónica para casos de suicidio y crisis: 988

Líneas para la atención de casos de salud mental: 1-844-534-HOPE (4673), TTY 711

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. **1-800-293-3740, TTY 711**



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 **1-800-293-3740**, 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 **1-800-293-3740**, 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 **1-800-293-3740**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.