



Nebraska

# Aproveche al máximo su plan de salud

## Guía de inicio

### Contenido:

- Evaluación de riesgos de salud
- Conéctese
- Beneficios
- Beneficios adicionales
- Guía para obtener atención



United  
Healthcare  
Community Plan

CSNE24MD0266084\_000



# Fácil para usted. Esa es nuestra promesa.

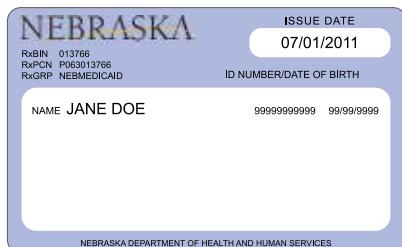
Gracias por unirse a UnitedHealthcare Community Plan. Queremos asegurarnos de que tenga toda la información que necesita para hacer que esta sea la mejor experiencia posible de atención de la salud. Esta guía le explicará los pasos importantes para comenzar.

## ¿Cuenta con sus tarjetas de identificación de miembro?

Necesitará estas dos tarjetas cuando obtenga los servicios de atención médica, dental y de la visión.



Esta es su tarjeta de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan. Si no ha recibido esta tarjeta, llámenos al **1-800-641-1902, TTY 711**.



Esta es su tarjeta de identificación de Medicaid del estado de Nebraska. Si no recibió esta tarjeta, comuníquese con ACCESSNebraska gratis al **1-855-632-7633** Teléfono local en Lincoln **1-402-473-7000** Teléfono local en Omaha **1-402-595-1178** TTY **1-402-471-7256**

# Realice su evaluación de riesgos de salud

## ¿Qué es un examen de riesgos de salud?

Después de inscribirse en UnitedHealthcare Community Plan, nos comunicaremos con usted o con su representante autorizado por teléfono, correo o en persona para hacerle algunas preguntas sobre su salud y sus necesidades sociales. Estas preguntas conformarán lo que se denomina “examen de riesgos de salud”.

El formulario de examen le preguntará sobre cualquier afección médica que tenga actualmente o que haya tenido en el pasado, su capacidad para hacer las cosas cotidianas y sus afecciones de vida.

Sus respuestas ayudarán a UnitedHealthcare Community Plan a comprender sus necesidades, identificar si tiene o no necesidades médica mente complejas y determinar cuándo se requiere su examen de riesgos de salud. UnitedHealthcare Community Plan utilizará sus respuestas para desarrollar su plan de atención (para obtener más información sobre su plan de atención, consulte a continuación).

Hay varios métodos que puede utilizar para completar el examen de riesgos de salud, incluido un enlace en el portal web para miembros, una copia impresa solicitada a través de Servicios para Miembros en varios idiomas, durante la llamada de bienvenida de su plan de salud o llamando a Servicios para Miembros. Comuníquese con UnitedHealthcare Community Plan si necesita adaptaciones para participar en el examen de salud.

Si tiene preguntas sobre el examen de salud, comuníquese con Servicios para Miembros al **1-800-641-1902, TTY 711**. A los miembros evaluados por afecciones médicas que puedan identificarlos como médica mente complejos en función de su salud física, salud mental o determinantes sociales de la salud se les ofrecerá atención o gestión de casos. Los coordinadores clínicos ayudarán al miembro con todas sus necesidades de atención de la salud y circunstancias de la vida.



1-800-641-1902, TTY 711



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



Aplicación de  
UnitedHealthcare

# Conéctese

Regístrate para acceder a su plan de salud las 24 horas del día, los 7 días de la semana, en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan). Es rápido, fácil y seguro. Use su computadora, tableta o teléfono móvil.



¿Necesita más ayuda? Llame al **1-800-641-1902, TTY 711**, de 7:00 a. m. a 7:00 p. m., hora del Centro (de 6:00 a. m. a 6:00 p.m., hora de la Montaña). Servicios para Miembros puede responder preguntas sobre su cobertura, ayudarlo a encontrar un médico, un dentista o ayudarlo con una cita.

## Elegir a su médico de cabecera (primary care provider, PCP) o dentista

Si consultó a un médico o dentista antes de ser miembro de UnitedHealthcare, verifique si su médico o dentista pertenecen a nuestra red. Si está buscando un nuevo médico de cabecera o dentista, considere elegir uno que esté cerca de su hogar o trabajo. Esto puede hacer que sea más fácil llegar a las citas.

### Permanezca conectado



- Ingresé en línea.** Regístrate en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan). Este es su sitio web seguro para miembros.
- Descargue la aplicación móvil de UnitedHealthcare.** Encuéntrela en App Store o Google Play.
- Síganos en Facebook,** en [facebook.com/UnitedHealthcareCommunityPlan](https://facebook.com/UnitedHealthcareCommunityPlan). Siga las noticias sobre eventos locales y planes de salud.

# Sus beneficios

No hay costo alguno para usted por la mayoría de los beneficios y servicios. Consulte su Manual para miembros o visite [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan) para conocer todos los detalles.

Beneficio médico	Su costo dentro de la red
<b>Visitas al médico</b>  Visitas anuales de bienestar Visitas del niño sano (HealthCheck) Visitas al PCP Visitas a especialistas	<b>\$0</b>
<b>Visitas al dentista</b>  Chequeos de rutina Tratamiento con fluoruro Radiografías Limpiezas	<b>\$0</b>
<b>Servicios frecuentes</b>  Atención de emergencia y de urgencia Servicios de bienestar y salud Servicios hospitalarios Vacunas Atención durante el embarazo	<b>\$0</b>
<b>Servicios cubiertos para el tratamiento de salud mental y por consumo de sustancias</b>  Administración farmacológica Servicios para Pacientes Ambulatorios Servicios de apoyo de pares Terapia multisistémica (Multi-systemic therapy, MST) Terapia funcional familiar (Functional Family Therapy, FFT) Tratamiento asertivo comunitario (ACT). Rehabilitación psicosocial Hogares de grupos terapéuticos (TGH) Centro Residencial de Tratamiento Psiquiátrico (PRTF) Internación hospitalaria Servicios residenciales por consumo de sustancias de acuerdo con los niveles de atención de la Sociedad Estadounidense de Medicina de las Adicciones (American Society of Addiction Medicine, ASAM) Pruebas psicológicas Terapia electroconvulsiva (ECT). Sala de observación de 23 horas Programas intensivos para pacientes ambulatorios (Intensive Outpatient Programs, IOP) Hospitalización parcial	<b>\$0</b>



1-800-641-1902, TTY 711



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



Aplicación de  
UnitedHealthcare

# Sus beneficios (continuación)

No hay costo alguno para usted por la mayoría de los beneficios y servicios. Consulte su Manual para miembros o visite [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan) para conocer todos los detalles.

Beneficio médico	Su costo dentro de la red
<b>Otros servicios cubiertos</b>  Administración de atención y casos Suministros para la diabetes Servicios de audición Atención de la vista Servicios de hogares para ancianos a corto plazo	<b>\$0</b>

## Medicamentos de venta con receta

Los medicamentos recetados están cubiertos.

Cuando obtenga los medicamentos, asegúrese de revisar que:

- Estén incluidos en la Lista de Medicamentos Preferidos (Preferred Drug List, PDL)
- Sean recetados por un proveedor de la red
- Se surtan en una farmacia de la red
- Usted muestra su tarjeta de identificación de miembro cuando obtenga los medicamentos
- Es posible que se apliquen copagos de Medicare y otros seguros

## Resurtido para 90 días

Su plan ahora le permite obtener un suministro de 90 días de medicamentos seleccionados en la farmacia minorista. Con un suministro para 90 días, usted no necesitará obtener un resurtido de sus recetas todos los meses. Hable con su médico para ver si sus medicamentos están incluidos en su beneficio; su médico puede hacer una nueva receta para un suministro para 90 días del mismo medicamento que está tomando ahora.

## Cobertura de medicamentos recetados de venta libre

**Los beneficios de Heritage Health** incluyen cobertura para artículos de venta libre seleccionados si cuenta con la receta de un médico.



## Transporte médico para casos que no sean de emergencia

Su cobertura incluye transporte para algunas visitas médicas y otras citas relacionadas con la salud.

Nuestro servicio de transporte le brinda traslados confiables y un excelente servicio personal. Programe traslados que no sean de urgencia al menos tres días hábiles antes de su cita. Para programar los traslados, llame al **1-833-583-5683** (TTY 1-866-288-3133) o visite [modivcare.com](http://modivcare.com).

## Atención dental

Visitar al dentista lo ayudará a mantener la boca limpia y saludable. Las visitas dentales regulares le permiten al dentista controlar su salud bucal con el tiempo. Los exámenes dentales pueden identificar una boca poco saludable, nutrición deficiente, infecciones dentales o de las encías y problemas de desarrollo. Ofrecemos cobertura dental integral con nuestros proveedores dentro de la red.

Encuentre una lista completa de proveedores de la red en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan) o llame al **1-800-641-1902**, TTY 711.

## Atención de la vista

Su cobertura incluye exámenes de la vista, anteojos, lentes recetados, y más, si se recetan. Encuentre una lista completa de proveedores de la red en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan) o llame al **1-800-641-1902**, TTY 711.

Los beneficios de **Heritage Health Adult Expansion** incluyen servicios oftalmológicos de rutina y deben cumplir con los criterios y la cobertura del límite de beneficios.

## Servicios de audición

Los servicios de audición incluyen pruebas, chequeos y audífonos para miembros elegibles.

## Vacunas

Se recomiendan las vacunas contra la gripe para todos los miembros. Su médico le ayudará a mantenerse al día con otras vacunas recomendadas según su edad.



## Consulte su Manual para miembros

[Manual para miembros – inglés](#)

[Manual para miembros – español](#)

Encontrará más detalles sobre sus beneficios cubiertos en su Manual para miembros. Siempre puede consultarlos en línea, en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan).



1-800-641-1902, TTY 711



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



Aplicación de  
UnitedHealthcare



## Beneficios adicionales de UnitedHealthcare

Asegúrese de usar todos los beneficios adicionales que recibe por ser miembro de UnitedHealthcare.

### Derivaciones de recursos comunitarios

Un representante de UnitedHealthcare puede derivarle a los servicios que más necesita. Nuestro personal utiliza recursos y apoyo comunitarios para identificar la mejor opción para sus necesidades que se encuentre a la menor distancia de su hogar. Los servicios incluyen ayuda con la vivienda, alimentación, grupos de apoyo y educación para la salud, capacitación laboral, artículos para el hogar, apoyo legal, actividades extraescolares y más. Para obtener más información, llame al **1-800-641-1902, TTY 711.**

### Programa de Recompensas

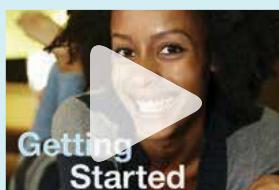
#### Healthy First Steps® con Babyscripts

Nuestro programa Healthy First Steps® (Primeros Pasos Saludables) puede ayudarles a usted y su bebé a recibir toda la atención que necesitan y se merecen. Con Healthy First Steps, obtiene grandes recompensas por realizar controles a tiempo durante su embarazo y después de este. Al unirse, recibe una tarjeta de regalo.

Luego, gane hasta dos recompensas más con visitas al médico durante y después del embarazo. **Babyscripts** es un programa digital de interacción, educación e incentivos de maternidad para miembros embarazadas y padres primerizos. La aplicación incluye contenido educativo diario sobre comportamientos saludables, el desarrollo del bebé, vacunas, posibles riesgos para la salud y muchos otros temas. Hay recursos detallados sobre nutrición, ejercicio, trabajo de parto y parto, lactancia y más. Los miembros reciben tarjetas de regalo por la inscripción (incluida la evaluación de maternidad) y una visita prenatal y posparto.

Los miembros pueden descargar la aplicación Babyscripts myJourney desde la Apple App Store o Google Play Store.

Para obtener más información, llame al **1-800-599-5985, TTY 711.**



### Mire nuestros videos de inicio

Duran menos de dos minutos y ofrecen mucha información útil. Vaya a [UHCWelcomeNE.com](http://UHCWelcomeNE.com).

# Guía para obtener atención



## Su médico de cabecera

Denominamos médico de cabecera o PCP (primary care provider) al médico principal al que usted acude. Con el tiempo, cuando acude al mismo PCP, es fácil entablar una relación con esa persona. Cada familiar puede tener su propio proveedor de atención primaria, o todos pueden elegir acudir a la misma persona.



## Cambie de proveedor de atención primaria en cualquier momento

Es importante que tenga un PCP que le agrade y en quien confíe. Puede cambiar de PCP en cualquier momento con solo llamarnos. Si lo desea, podemos recomendarle a alguien.



## Su dentista de atención primaria

Un centro de cuidado dental es un dentista de atención primaria (primary care dentist, PCD), la idea de un centro de cuidado dental es fomentar una relación entre el PCD y el paciente para brindar una mejor atención dental.

Puede seleccionar su propio PCD. Se le recomienda que visite a su PCD cada seis meses para recibir atención dental regular que prevenga problemas con los dientes y las encías. Puede cambiar de dentista de atención primaria (primary care dentist, PCD) en cualquier momento llamándonos. Si lo desea, podemos recomendarle a alguien.



## Programe un examen de bienestar pronto

Un examen de bienestar anual con su PCP es importante para tener una buena salud. Estas visitas están totalmente cubiertas. Programe su visita dentro de los primeros 30 días de unirse a su plan de salud.



## Cómo programar una cita con su proveedor de tratamiento de salud mental y consumo de sustancias

Llame directamente al consultorio de su proveedor. Cuando llame para programar una cita, asegúrese de decirle al consultorio por qué necesita ver al proveedor. Esto lo ayudará a asegurarse de recibir la atención que necesita, cuando la necesita.

**No necesita un referido.** Si necesita servicios de intérpretes, indique esta información al consultorio del proveedor.



1-800-641-1902, TTY 711



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



Aplicación de  
UnitedHealthcare

# Guía para obtener atención (continuación)

## Línea de enfermería NurseLine

La línea de enfermería NurseLine le brinda acceso telefónico al experimentado personal de enfermería registrado las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Pueden brindarle información, apoyo y educación para cualquier pregunta o inquietud relacionada con la salud. Se encuentran disponibles servicios de intérprete. Llame al **1-877-543-4293**.

## Clínicas de atención de urgencia

Las clínicas de atención de urgencia de la red son una buena opción si PCP no está disponible y usted tiene una enfermedad o una lesión que necesita atención rápida. Esto puede incluir esguinces o torceduras, cortes leves que necesitan puntos, dolor de garganta, quemaduras leves, sarpullido, fiebre o infección de cualquier tipo.

## Atención de emergencia

Este nivel de atención es para el dolor de pecho, el sangrado que no para, los problemas para respirar, los sarpullidos alérgicos graves o la sensación de que puede herir a alguien o a usted mismo. Si se trata de una emergencia, no es necesario que sea un hospital de la red, **llame al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana**.

## Emergencias por trastorno de salud mental y por abuso de sustancias

Puede obtener ayuda para una emergencia de salud conductual en cualquier momento, incluso si está lejos del hogar. Y no tiene que obtener una aprobación de nadie antes de recibir atención de emergencia.

Si tiene una emergencia de salud conductual o trastorno por consumo de sustancias, diríjase a la sala de emergencias más cercana de inmediato. ¿Qué sucede si no sabe dónde está la sala de emergencias más cercana? Llame a la línea de crisis de salud conductual al 1-866-232-1626 de inmediato. Estas llamadas son gratuitas.

O bien, puede llamar a su proveedor. Su proveedor puede ayudarlo a obtener atención de emergencia si la necesita.

Las emergencias son momentos en los que podría haber un peligro o daño grave para su salud o la de otra persona si no recibe ayuda de inmediato.

## Si tiene este tipo de emergencia:

Diríjase a la sala de emergencias más cercana inmediatamente, o

Llame al 911 o

Llame a la Línea de crisis de salud conductual al 1-866-232-1626.

## Hablamos su mismo idioma

Si usted habla un idioma diferente al inglés, podemos brindarle materiales impresos traducidos sin costo. También podemos brindar el servicio de interpretación telefónica para traducir los materiales que se le enviaron. También puede recibir este manual en formatos alternativos sin costo de envío alguno para usted, como braille, letra grande o CD de audio y otros idiomas si lo solicita. Para coordinar servicios de interpretación o traducción, llame a Servicio al Cliente al **1-800-641-1902, TTY 711**.

## Su Manual para miembros

Visite [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan) para obtener información sobre sus beneficios en el portal web o puede llamar a Servicios para miembros al **1-800-641-1902, TTY 711** para solicitar un manual para miembros. La copia impresa se le enviará dentro de los cinco días hábiles de su solicitud. Formatos alternativos están disponibles en audio, braille, letra grande y en otros idiomas si lo solicita. No hay costo por estos servicios. Esto incluye lenguaje de señas (lengua de señas estadounidense).



