

HEALTHY moves



PRIMAVERA 2015 | WWW.BUCKEYEHEALTHPLAN.COM



Siga a Buckeye en Twitter
@Buckeye_Health.

¡Renueve sus beneficios de Medicaid!

Recuerde renovar sus beneficios de Medicaid con su Departamento local de Trabajo y Servicios para Familias (JFS, por sus siglas en inglés). Seguirá recibiendo sus beneficios a través de Buckeye Health Plan cuando los renueve. Si no los renueva, perderá su cobertura de salud de Medicaid y de Buckeye.

HE AQUÍ CÓMO RENOVARLOS:

1. El Departamento de Medicaid de Ohio le enviará un formulario cuando sea hora de renovar su cobertura de Medicaid.
2. A continuación, elija una de estas opciones:
 - ▶ **En línea:** ¡Esta es la mejor manera! Si solicitó Medicaid en línea, visite benefits.ohio.gov y haga clic sobre "Renovar mis beneficios" para comenzar.
 - ▶ **En persona:** Visite la Oficina de Trabajos y Servicios Familiares de su Condado. Encuéntrala aquí: jfs.ohio.gov/county/county_directory.pdf. Buckeye puede ayudarle con el transporte a la oficina del

condado. Llame al **1-866-531-0615** dos días hábiles antes de que necesite que lo lleven a su cita.

- ▶ **Por correo:** Complete el formulario que obtiene del Departamento de Medicaid de Ohio y envíelo enseguida por correo a la oficina de Trabajos y Servicios Familiares de su oficina. Encuentre la dirección aquí: jfs.ohio.gov/county/county_directory.pdf.

Buckeye Health Plan quiere brindarle servicios médicos con la calidad que usted necesita para mantenerse saludable. ¡Por favor, no se olvide de renovar!

» ¿Tiene preguntas? Visite la Oficina local de Trabajos y Servicios Familiares de su Condado. O busque las respuestas en línea: Visite www.benefits.ohio.gov. O llame al **1-800-324-8680**.

Nos importa la calidad

Buckeye Health Plan (Buckeye) desea mejorar la salud de todos los miembros. Tenemos un Programa de mejora de la calidad (Programa QI), para que nos ayude a hacer esto.

El Programa QI lo dirige el director médico de Buckeye, el vicepresidente de Administración Médica y el Comité de mejora de la calidad. Este programa examina la calidad

y seguridad de nuestros servicios. Revisamos la atención que les damos a los miembros. Esto incluye la atención médica, de la salud del comportamiento, dental y de la visión. También incluye servicios como estos:

- ▶ Atención preventiva
- ▶ Atención de emergencia
- ▶ Atención primaria

- ▶ Atención para especialidades
- ▶ Atención aguda
- ▶ Atención a corto plazo
- ▶ Servicios auxiliares

Usted puede obtener más información y ver cómo nos desempeñamos. Llame al **1-866-246-4358** para pedir una versión impresa del programa QI.



Cuidado de los niños con **ADHD**

Tener ADHD significa tomar medicamentos y hacer visitas de seguimiento con su médico. Es posible que el médico deba cambiar el medicamento si cambian los síntomas o el peso de su hijo. Siga el plan de tratamiento de su médico. Asegúrese de visitar a su médico regularmente para comprobar los efectos secundarios.

También existen otras maneras en las que puede ayudar a su hijo a enfrentar el ADHD. Intente con estos consejos en casa:

- 1. Siga una programación.** Haga lo mismo todos los días. Anote la programación para que su hijo sepa qué esperar.
- 2. Limite la cantidad de teléfonos inteligentes, computadoras y de TVs en casa.** Apague los artículos electrónicos por la tarde.
- 3. Ayude a su hijo a concentrarse en una tarea a la vez.** Por ejemplo: Hacer la tarea en un lugar todos los días en un área tranquila de su casa.

Usted tiene derechos y responsabilidades

Hay cosas que usted puede esperar de su plan médico. También hay cosas que su plan médico espera de usted. Estos son los llamados derechos y responsabilidades. Abarcan su tratamiento, su privacidad y el acceso a la información.

Puede leer todos los derechos y responsabilidades en su manual para miembros.

Estos son algunos de sus derechos como miembro:

- ▶ Tener acceso a todos los servicios que ofrecemos.
- ▶ Ser tratado con respeto.
- ▶ Saber que su información médica se mantendrá en privado.
- ▶ Poder obtener una copia de su historia clínica.
- ▶ Poder solicitar la corrección de su historia clínica si es necesario.
- ▶ Tener la posibilidad de presentar una apelación o una queja, o de solicitar una audiencia estatal.

Algunas de sus responsabilidades incluyen:

- ▶ Hacer preguntas si no comprende sus derechos.
- ▶ Cumplir con sus citas programadas.
- ▶ Llevar su tarjeta de identificación de miembro a sus citas.
- ▶ Ponerse en contacto con su médico de atención primaria (PCP, por sus siglas en inglés) si tiene una necesidad médica que no sea una emergencia.
- ▶ Informar a su PCP si recibió atención en una sala de emergencias.

Revise su Manual para miembros o visite www.buckeyehealthplan.com para consultar la lista completa.

Llame a Servicios para miembros al **1-866-246-4358** si necesita una versión impresa del manual para miembros.

¿QUÉ ES EL MANEJO DE ENFERMEDADES? Es sólo una de las maneras en que podemos ayudar a que lleve una vida más saludable. Puede ayudarle a manejar una enfermedad a largo plazo, como la diabetes o el asma. Llame al **1-866-246-4358** o hable con su médico acerca de esta ayuda.

Datos de farmacia

- 1 El formulario es la lista de medicamentos cubiertos por Buckeye. También se conoce como una "Lista de medicamentos preferidos" (PDL, por sus siglas en inglés).
- 2 Puede encontrar el formulario más actualizado en www.buckeyehealthplan.com. También puede llamar al **1-866-246-4358** para consultar si un medicamento está cubierto.
- 3 Su médico o farmacéutico pueden ayudarle a revisar el formulario. Pueden encontrar un medicamento que esté cubierto.

Podemos ayudarle a que se sienta mejor

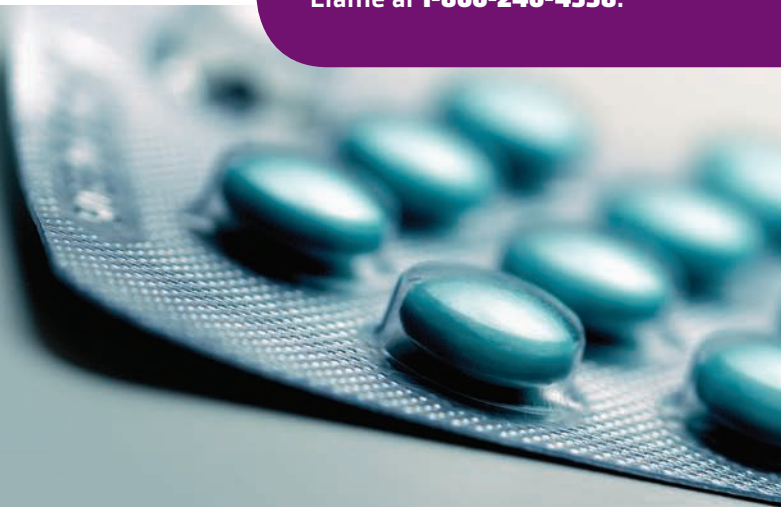
¿Vive con muchas enfermedades? ¿Quizá tiene diabetes y presión arterial alta? ¿Tiene una afección compleja, tal como cáncer o enfermedad pulmonar crónica?

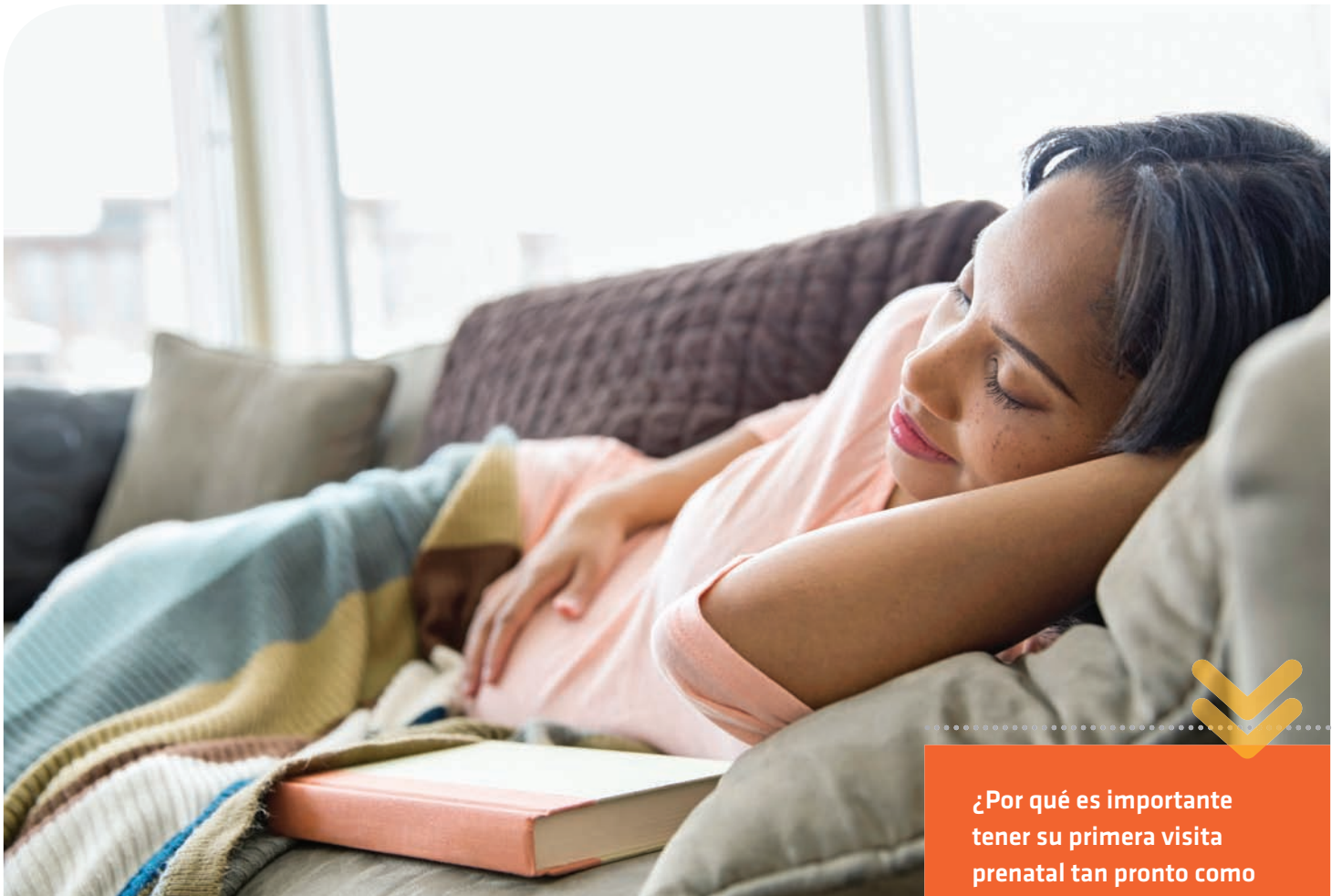
Nuestro equipo de administración de casos puede ayudarle. El equipo está formado por enfermeros y trabajadores sociales. Puede ayudarle a entender mejor cómo cuidarse y dónde obtener la mejor atención médica posible.

Use la administración de casos para:

- ▶ Ayudarle a encontrar médicos y otros proveedores, incluso médicos de salud mental y especialistas.
- ▶ Ayudarle a obtener servicios cubiertos por su plan, como equipo médico o salud en el hogar.
- ▶ Trabajar con su médico para que le ayude a mantenerse saludable.
- ▶ Mostrarle recursos en su comunidad.

Si está interesado en la administración de casos, puede solicitarla usted o su médico. Llame al **1-866-246-4358**.





¿Está embarazada? ¡Dígaselo a su médico!

Llame a su médico en cuanto piense que está embarazada. Llame incluso si ya se realizó una prueba de embarazo casera. E incluso si ya tiene hijos.

Su médico le ayudará para que su embarazo sea lo más saludable posible. Obtendrá información sobre vitaminas, comer bien y qué hacer si nota problemas. Su médico también puede informarle sobre dónde encontrar asistencia local.

El cuidado prenatal es bueno para usted y para su bebé. Además, no tiene ningún costo.

Nuestro programa Start Smart For Your Baby puede ayudarle. Start Smart For Your Baby es un

programa para mujeres que están embarazadas o que acaban de tener un bebé. Podemos ayudar para que este momento importante sea menos estresante. Ofrecemos:

- ▶ Ayuda para elegir un médico y programar citas.
- ▶ Personal de enfermería profesional
- ▶ Línea de asesoramiento de enfermería las 24 horas
- ▶ Respaldo con la lactancia
- ▶ Ayuda para encontrar recursos en la comunidad

Este programa forma parte de sus beneficios y es gratuito. Llámenos hoy para obtener más información sobre Start Smart For Your Baby.

¿Por qué es importante tener su primera visita prenatal tan pronto como pueda en su embarazo? Los médicos solían decirles a los pacientes que esperen hasta tener unos pocos meses de embarazo para comenzar con el cuidado prenatal si no presentaban problemas. No lo hacemos más.

Hay muchas cosas importantes que deben verificarse temprano en el embarazo. El desarrollo más importante de su bebé sucede durante la primera mitad de su embarazo. Este es el momento de estar bajo el cuidado de su médico. Haga una cita para visitar a su médico tan pronto como sea posible. Es muy importante que lo haga en las primeras 10 a 12 semanas de embarazo.

¿Su hijo consulta al médico adecuado?

A medida que los niños crecen, asegúrese de que ellos consulten al médico adecuado.

Las necesidades de su hijo pueden cambiar a medida que crece. Si su hijo actualmente consulta a un pediatra, quizá haya llegado el momento de cambiar a un médico para adultos.

Hable con el médico actual de su hijo, quien puede ayudarle a decidir si su hijo necesita a un nuevo médico. Él o ella puede ayudarle a que no se interrumpa la atención de su hijo. Buckeye también puede ayudar a los miembros a encontrar el médico adecuado para su atención.

Es importante que los niños consulten al médico una vez al año como mínimo. Si necesita ayuda para encontrar un médico o programar una cita, llame a nuestro departamento de Servicios para Miembros al **1-866-246-4358**.

Estamos aquí para ayudarle con las necesidades de salud de su hijo.



¿Está triste o deprimido?

La depresión es una enfermedad grave. Como otras enfermedades, puede ser tratada. Estos son algunos síntomas de depresión comunes:

- ▶ Pérdida de peso
- ▶ Sentirse cansado
- ▶ Ansiedad

- ▶ Dificultad para concentrarse
- ▶ Dolores de cabeza
- ▶ Problemas de estómago
- ▶ Aumento del ritmo cardíaco
- ▶ Dificultades para dormir

Hable con su médico si tiene estos

síntomas. Hay muchas maneras de tratar la depresión. Y la única manera de comenzar a sentirse mejor es comenzar a hablar acerca de ello.

Si necesita ayuda para encontrar un médico o si necesita a alguien para hablar, llame al **1-866-246-4358**.

EN EL INTERIOR: ¿Qué es el manejo de enfermedades?

¿Cómo podemos ayudarle?

Buckeye puede ayudarle con muchas cosas. Sólo llame a Servicios para Miembros al **1-866-246-4358** si necesita:

- ▶ Una versión impresa de cualquier parte de nuestro sitio web, **www.buckeyehealthplan.com**.
- ▶ Ayuda para elegir un médico.

- ▶ Ayuda para hacer citas médicas.
- ▶ Traslado a sus citas. (Recuerde llamar al menos 48 horas antes de su cita).
- ▶ Ayuda para conectarse con un administrador de cuidado.



La información acerca de la Descripción del Programa para el Mejoramiento de la Calidad de Buckeye 2015 se encuentra disponible para revisión a petición.



Para recibir una versión impresa sobre cualquier información en referencia a este boletín o en el sitio web de Buckeye, por favor llame al departamento de Servicios para Miembros de Buckeye.

Publicado por McMurry/TMG, LLC. © 2015. Todos los derechos reservados. Ningún material de esta publicación puede ser reproducido en su totalidad o en parte, sin el permiso expreso y por escrito de la editorial. La información en esta publicación es para complementar las recomendaciones de su proveedor de atención médica, no para sustituirlas. Consulte a su médico antes de realizar cambios drásticos en su estilo de vida o régimen de atención médica. McMurry/TMG no avala ni da garantías con respecto a ninguno de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.