



VERANO 2020



Beneficio de un suministro de 90 días.

Ahora su plan cubre un suministro de 90 días de medicamentos selectos. Con un suministro de 90 días no tendrá que surtir su medicamento cada mes. Consulte las normas de cobertura de su farmacia para conocer más detalles. Si desea participar, hable con su médico o farmacéutico. Para averiguar qué medicamentos se incluyen, comuníquese a la línea gratuita de Servicios para miembros al **1-800-318-8821, TTY 711**, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 7 p.m., hora del este.

¡Oh, bebé!

Baby Blocks™ ahora forma parte de Healthy First Steps®.

El antiguo programa de recompensas para mujeres embarazadas de UnitedHealthcare Community Plan, Baby Blocks™, ahora forma parte de Healthy First Steps®. El nuevo programa combinado facilita a los miembros obtener toda la información que necesitan sobre el embarazo y ser mamá, en solo un lugar.

Para obtener más información, visite nuestro nuevo sitio web, **UHCHealthyFirstSteps.com**. Ahí encontrará:

- Contenido educativo nuevo y mejorado.
- Recursos.
- Recompensas.
- Administración de casos.



Dé el primer paso. Healthy First Steps es un recurso integral para todos los asuntos relacionados con la maternidad. Todas las mujeres embarazadas y las mamás

que tienen hijos menores de 15 meses pueden inscribirse. Para obtener más información, llame al **1-800-599-5985, TTY 711**.

O visite **UHCHealthyFirstSteps.com**.

Es su decisión.

Expresar sus deseos.

Tiene el derecho de tomar sus propias decisiones médicas. Su proveedor le explicará sus opciones de tratamiento. Tiene el derecho a decir “no” al tratamiento. Es posible que se le pida firmar un formulario que diga “sí” al tratamiento que desea. Esto se llama consentimiento informado.

Pero ¿qué sucede si está muy enfermo para dar el consentimiento? Una directiva anticipada hará que los proveedores sepan qué tipo de tratamiento desea. Los tipos de directivas anticipadas para la atención médica son:

- Un testamento vital explica qué tipo de tratamiento desea.
- Un poder legal duradero permite a otra persona tomar decisiones por usted. También puede tener un poder legal duradero para el cuidado de la salud mental.



Escríbalos. Para obtener un formulario que le ayude a crear una directiva anticipada, visite **UHCCommunityPlan.com**. O bien, llame la línea gratuita de Servicios para miembros al **1-800-318-8821, TTY 711**, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 7 p.m., hora del este. Entregue copias del formulario a sus proveedores y a alguien en quien confíe. Conserve una para usted.



Sonría.

Sus beneficios dentales han mejorado.

Una sonrisa saludable conduce a un cuerpo saludable, ya que tener una buena dentadura facilita el consumo de alimentos nutritivos y le ayuda a lucir y sentirse mejor consigo mismo. Una boca saludable también puede ayudarlo de muchas otras maneras; puede prevenir problemas graves, como enfermedades cardíacas y parto prematuro, aumentar la autoestima y mejorar la asistencia al trabajo y a la escuela.

Los miembros mayores de 21 años tienen un beneficio máximo de \$750 para cubrir su atención dental. Los miembros adultos pueden obtener un examen oral y limpieza dos veces al año. Las radiografías, extracciones sencillas y empastes también están cubiertos.

El programa Healthy Smiles de Maryland proporciona cuidado dental a menores de 21 años, jóvenes que estuvieron bajo cuidado tutelar hasta la edad de 26 años y mujeres embarazadas.

La familia completa puede obtener atención dental, las revisiones regulares ayudarán a mantener sus dientes y encías saludables. Consulte a su dentista cada año para recibir atención dental preventiva.



Abra la boca. Para obtener más información sobre los beneficios dentales que ofrece su plan de salud, llame a Servicios para miembros al **1-800-318-8821,**

TTY 711, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 7 p.m., hora del este. O bien, visite **myuhc.com/CommunityPlan**.

Fraude y abuso.

Cómo identificar y reportar casos.

Si sabe que se está cometiendo fraude o abuso en la atención médica, debe comunicarse con HealthChoice. Su privacidad estará protegida ya que no necesita dar su nombre.

Los casos de fraude y abuso para los miembros de HealthChoice pueden ser cosas como:

- Dar información falsa u ocultar datos para obtener o conservar HealthChoice.
- Permitir que otra persona use su tarjeta de identificación de HealthChoice.
- Vender o entregar medicamentos con receta a otra persona.

Los casos de fraude y abuso para los proveedores de HealthChoice pueden ser cosas como:

- Facturar a UnitedHealthcare servicios que nunca se realizaron.
- Facturar a UnitedHealthcare 2 veces o más por el mismo servicio.

Cómo denunciar casos de fraude y abuso:

- Comuníquese a la Línea directa para la denuncia de casos de fraude de UnitedHealth Group al **1-866-242-7727, TTY 711**.
- Comuníquese a la Línea directa para la denuncia de casos de fraude de HealthChoice al **1-866-770-7175, TTY 711**.
- Comuníquese a Maryland Department of Health (Departamento de salud de Maryland) al **410-767-5784**.
- Envíe un correo electrónico a Maryland Department of Health a **mdh.oig@maryland.gov**.
- Envíe un fax a Maryland Department of Health al **410-333-7194**.
- Acceda a **health.maryland.gov/oig/pages/report_Fraud.aspx** y seleccione "Reportar fraude".
- Escriba a:
Maryland Department of Health
Office of the Inspector General/Program Integrity
201 West Preston Street, Room 520
Baltimore, MD 21201



Puede dejar de fumar.

¿Sabía que 34 millones de adultos estadounidenses fuman cigarrillos? Fumar tabaco puede causar enfermedad coronaria, accidente cerebrovascular y cáncer de pulmón. Fumar no solo lo afecta a usted y a su salud; también afecta la salud de su familia. Fumar en presencia de los niños aumenta las posibilidades de que desarrollen otitis, asma y otros problemas respiratorios.

Es posible que algunos fumadores quieran dejar de fumar, pero no saben cómo; la verdad es que fumar es una adicción y puede que necesite ayuda profesional para dejar de hacerlo. Hable con su médico sobre el deseo de dejar de fumar. Con ayuda, puede dejar de hacerlo de forma definitiva y disfrutar de una vida saludable. Los siguientes son algunos consejos para empezar su camino para dejar de fumar:

- Llame al **1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669)** para obtener apoyo gratuito.
- Descargue la aplicación **quitSTART** en su smartphone para obtener consejos sobre cómo dejar de fumar.
- Envíe un mensaje de texto con la palabra **CDC** al **47848** para obtener ayuda gratuita las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Cree un "Plan para dejar de fumar" usted mismo; elija una fecha para dejar de fumar, hágale saber a su familia y amigos que está dejando de hacerlo, deshágase de todo aquello que se lo recuerde, detecte qué es lo que provoca su deseo de fumar, elabore estrategias de superación para los síntomas de abstinencia y prémiese a sí mismo por alcanzar sus logros.

Rincón de recursos.

Servicios para miembros de UnitedHealthcare:

1-800-318-8821, TTY 711

De lunes a viernes, de 8 a.m. a 7 p.m., hora del este

24/7 NurseLine (Línea de enfermería disponible las 24 horas): 1-877-440-0251, TTY 711

Sistema Público de Salud del Comportamiento: 1-800-888-1965, TTY 711

Transporte: Comuníquese a su departamento de salud local.

Unidad de necesidades especiales: 1-800-460-5689, TTY 711

UnitedHealthcare Outreach (Programa de asistencia con citas): 1-866-735-5659, TTY 711

UnitedHealthcare Health Education (Línea de educación sobre la salud): 1-855-817-5624, TTY 711

Healthy First Steps®: 1-800-599-5985, TTY 711
UHCHealthyFirstSteps.com

On My Way: uhcOMW.com

Departamento de servicios humanos: 1-800-332-6347, TTY 711

Maryland Health Connection: 1-855-642-8572, TTY 711
MarylandHealthConnection.gov

Línea de ayuda para asistencia de Maryland Medicaid HealthChoice: 1-800-284-4510, TTY 711

Programa dental Healthy Smiles de Maryland: 1-855-934-9812, TTY 711

UnitedHealth Group Customer Care Fraud Hotline (Línea directa de atención al cliente para la denuncia de casos de fraude): 1-866-242-7727, TTY 711

HealthChoice Fraud Hotline (Línea directa para la denuncia de casos de fraude): 1-866-770-7175, TTY 711

Servicios de interpretación: Llame a Servicios para miembros para solicitar servicios de interpretación para sus consultas médicas.



¿Es momento de vacunarse?

Asegúrese de que su hijo reciba todas las vacunas que necesita.

Recibir las vacunas que necesita, en el momento correcto, es importante. Las vacunas ayudan a protegerlo contra enfermedades que se pueden prevenir. Llame al proveedor de atención primaria (PCP) de su hijo para averiguar si está al día con sus vacunas para que pueda comenzar a marcarlas. Programe una cita de inmediato si su hijo debe recibir alguna de estas vacunas, márquelas a medida que las reciba.

Imunizaciones.	Vacunas para bebés (del nacimiento a los 15 meses).	Vacunas de refuerzo para niños pequeños (de 4 a 6 años).
HepB: Hepatitis B	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
HepA: Hepatitis A	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
DTaP: Difteria, tétanos, tos ferina	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hib: Haemophilus influenzae tipo b	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
IPV: Poliomielitis	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
PCV: Neumococo	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
RV: Rotavirus	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
MMR: Sarampión, paperas, rubéola	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Varicella: Varicela	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Influenza (anualmente)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Es lo mejor que puede hacer. Si su hijo debe recibir una

vacuna, programe una visita con su PCP hoy. Si necesita ayuda para encontrar un nuevo proveedor, podemos ayudarlo. Llame a la línea gratuita de Servicios para miembros al **1-800-318-8821, TTY 711**, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 7 p.m., hora del este. O bien, visite nuestro sitio web en myuhc.com/CommunityPlan.

COVID-19



Mensaje importante de UnitedHealthcare sobre el coronavirus (COVID-19)

Su salud y bienestar son nuestra máxima prioridad. Por esta razón, queremos asegurarnos de que esté informado sobre el coronavirus (COVID-19). Trabajamos junto a los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), y nos guiamos por la información más reciente de estos. A su vez, estamos en contacto con los departamentos de salud pública locales y estatales. Para obtener la información y los recursos más actualizados sobre prevención, cobertura, atención y apoyo, visite [UHCCommunityPlan.com/covid-19](https://www.uhccommunityplan.com/covid-19).

¿Cómo puedo protegerme de la COVID-19?

La mejor manera de prevenir la enfermedad es evitar estar expuesto a este virus. Como en el caso de toda enfermedad potencial, como la gripe, es importante seguir buenas prácticas de prevención, que incluyen:

- Lavarse las manos con jabón y agua durante 20 segundos o usar desinfectante para manos a base de alcohol con, al menos, 60 % de alcohol si no hay jabón y agua disponibles.
- No se toque los ojos, la nariz y la boca con las manos sucias.
- Trate de no acercarse a personas que puedan estar enfermas.
- No comparta tazas ni utensilios de cocina con personas que están enfermas.
- Limpie y desinfecte las superficies que se tocan con frecuencia.
- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y, luego, tire el pañuelo a la basura.
- Si bien la vacuna contra la gripe no detiene a la COVID-19, sigue siendo bueno protegerse contra la gripe. Comuníquese con su proveedor de atención primaria y programe la administración de la vacuna contra la gripe.

Manténgase informado sobre las recomendaciones más recientes:

- Para obtener la información más actualizada sobre la COVID-19, visite la página sobre la COVID-19 de los CDC [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov)



Cinco pasos para lavarse las manos correctamente

Lavarse las manos es una de las mejores maneras de protegerse a usted mismo y a su familia de la enfermedad. Durante la pandemia de la COVID-19, mantener las manos limpias es especialmente importante para ayudar a prevenir la propagación del virus.

Lavarse las manos es fácil y es una de las formas más efectivas de prevenir la propagación de los gérmenes. Las manos limpias pueden evitar que los gérmenes se propaguen de una persona a otra y en toda una comunidad, desde su hogar y lugar de trabajo hasta hospitales y centros de cuidado infantil.

Siempre siga estos cinco pasos

1. Mójese las manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y aplíquese jabón.
2. Enjabónese las manos frotándolas con el jabón. Enjabónese la parte posterior de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
3. Refriéguese las manos durante, al menos, 20 segundos. ¿Necesita un temporizador? Tararee la canción del “Feliz cumpleaños” de principio a fin dos veces.
4. Enjuáguese bien las manos con agua corriente limpia.
5. Séquese las manos con una toalla limpia o déjelas secar al aire libre.

Obtenga más información sobre el lavado de manos regular en [cdc.gov/handwashing](https://www.cdc.gov/handwashing).

Declaración Antidiscriminatoria

La política de UnitedHealthcare Community Plan es la de no discriminar en base a la raza, color, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad. UnitedHealthcare Community Plan ha adoptado un procedimiento interno en casos de agravios para proveer una pronta y justa resolución a reclamaciones en las cuáles se alegue cualquier acción prohibida por la Sección 1557 del Acta de Cuidados Asequibles (Affordable Care Act - 42 U.S.C. 18116) y la implementación de sus regulaciones en 45 CFR parte 92, emitidas por el Departamento de Salud y Recursos Humanos de los Estados Unidos (U.S. Department of Health and Human Services). La Sección 1557 prohíbe la discriminación en bases de la raza, el color, la nacionalidad, el sexo, la edad o la discapacitación en ciertos programas de salud y de actividades. La Sección 1557 y sus regulaciones implementadas pueden ser examinadas en la oficina del Coordinador de los Derechos Civiles, quien es una persona que ha sido designada para coordinar los esfuerzos de UnitedHealthcare Community Plan para cumplir con los requisitos de la Sección 1557.

Cualquier persona que crea que alguien ha sido discriminado en base a su raza, color, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad puede presentar una reclamación siguiendo este procedimiento. Es contra la ley que UnitedHealthcare Community Plan tome represalias en contra de cualquier persona que se oponga a la discriminación, presente una reclamación o participe en una investigación acerca de una acción discriminatoria.

Usted 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

Procedimiento:

- Las reclamaciones deben presentarse ante el Coordinador de la Sección 1557 dentro de los primeros 60 días, a partir de la fecha en que la persona que presenta la reclamación tomó consciencia de ser objeto de una posible acción discriminatoria.
- Una reclamación debe presentarse por escrito y contener el nombre y la dirección de la persona que la presenta. La reclamación debe declarar cual es el problema o la posible acción discriminatoria y cuál es la solución o asistencia que se desea obtener.
- El Coordinador de la Sección 1557 (o la persona que se designe) podrá conducir una investigación acerca de esta reclamación. Esta investigación puede ser informal, pero será exhaustiva, ofreciendo a todas las personas interesadas una oportunidad para presentar evidencias relevantes a la reclamación. El Coordinador de la Sección 1557 conservará en su poder todos los expedientes y records de UnitedHealthcare Community Plan relativos a tales reclamaciones. En la medida posible y de acuerdo a las leyes vigentes aplicables,

el Coordinador de la Sección 1557 tomará todas las acciones necesarias para preservar la confidencialidad de los expedientes y records relativos a las reclamaciones y compartirá la información solamente con aquellas personas que tengan la necesidad de conocer esa información.

- El Coordinador de la Sección 1557 emitirá una decisión acerca de la reclamación, basándose en la preponderancia de la evidencia, no más tarde de 30 días a partir de la fecha en que se presentó esta reclamación y se incluirá una notificación para el demandante acerca de su derecho para proseguir con esta reclamación por medio de otras resoluciones legales o administrativas.

La disponibilidad y el uso de este procedimiento de reclamaciones no le impide a la persona que la presenta, proseguir con otras reclamaciones legales o administrativas, incluyendo la presentación de una reclamación por discriminación basada en la raza, color, nacionalidad, sexo, edad o discapacidad en la corte o ante el Departamento de Salud y Recursos Humanos de los Estados Unidos, Oficina de los Derechos Civiles (U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights). Una persona puede presentar una reclamación por discriminación electrónicamente a través del portal de la Oficina de Reclamaciones para los Derechos Civiles (Office for Civil Rights Complaint Portal), disponible en: <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf> o hacerlo por correo a la dirección:

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

1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD)

Las formas para las reclamaciones se encuentran disponibles en: <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>. Estas reclamaciones deben presentarse dentro de los primeros 180 días a partir de la fecha en que esta posible acción discriminatoria tuvo lugar.

UnitedHealthcare Community Plan llevará a cabo todos los arreglos necesarios para asegurar que a las personas con discapacidades o aquellas personas con un limitado dominio del idioma inglés se les provea con apoyos auxiliares y servicios o asistencia en el lenguaje, respectivamente, si existe la necesidad de que estas personas tengan que participar en este procedimiento de reclamación. Tales arreglos pueden incluir, pero no estar limitados a, proveer intérpretes calificados, proveer casetes conteniendo el material para aquellos individuos con problemas de visión o asegurando localidades existentes para los procedimientos que sean libres de barreras que impidan el acceso a los procedimientos. El Coordinador de la Sección 1557 será la parte responsable para esos arreglos.

Language Accessibility Statement **Interpreter Services Are Available for Free**

*Help is available in your language:
1-800-318-8821, TTY 711.
These services are available for free.*

Español/Spanish

Hay ayuda disponible en su idioma: **1-800-318-8821, TTY 711.**
Estos servicios están disponibles de forma gratuita.

አማርኛ/Amharic

እገዛ በቋንቋዎ ማግኘት ይቻላል፡- **1-800-318-8821** መስማት ለተሳናቸው/ **TTY :- 711**። እነዚህን አገልግሎቶች ያለ ምንም ክፍያ ማግኘት ይቻላል።

العربية/Arabic

المساعدة متوفرة بلغتك: اتصل على الرقم **1-800-318-8821**، الهاتف النصي: **711**. هذه الخدمات متوفرة مجاناً.

中文/Chinese

用您的语言为您提供帮助：**1-800-318-8821, TTY 711**。这些服务都是免费的。

فارسی/Farsi

خط تلفن کمک به زبانی که شما صحبت می کنید: **1-800-318-8821**، خط تماس برای افراد ناشنوا **711**. این خدمات به صورت رایگان در دسترس هستند.

Français/French

Vous pouvez disposer d'une assistance dans votre langue : **1-800-318-8821, TTY 711**. Ces services sont disponibles gratuitement.

ગુજરાતી/Gujarati

તમારી ભાષામાં મદદ ઉપલબ્ધ છે: **1-800-318-8821** ટીટીવાય: **711**. આ સેવાઓ મફત ઉપલબ્ધ છે.

Kreyòl Ayisyen/Haitian Creole

Gen èd ki disponib nan lang ou: **1-800-318-8821, TTY 711**. Sèvis sa yo disponib gratis.

Igbo

Ọrụ Ndị Ọkọwa Okwu Dị N'efu Enyemaka dị n'asụsụ gị: **1-800-318-8821, TTY 711**. Ọrụ ndị a dị n'efu.

한국어/Korean

사용하시는 언어로 지원해드립니다: **1-800-318-8821, TTY 711**. 이 서비스는 무료로 제공됩니다.

Português/Portuguese

Está disponível ajuda no seu idioma: **1-800-318-8821, TTY 711**. Estes serviços são disponibilizados gratuitamente.

Русский/Russian

Помощь доступна на вашем языке: **1-800-318-8821, TTY 711**. Эти услуги предоставляются бесплатно.

Tagalog

Makakakuha kayo ng tulong sa inyong wika: **1-800-318-8821, TTY 711**. Ang mga serbisyong ito ay makukuha ng libre.

Urdu/اردو

آپ کی زبان میں مدد دستیاب ہے: **1-800-318-8821**، ٹی ٹی وائی: **711**۔ یہ خدمات مفت میں دستیاب ہیں۔

Tiếng Việt/Vietnamese

Có hỗ trợ ngôn ngữ của quý vị: **1-800-318-8821, TTY 711**. Các dịch vụ này được cung cấp miễn phí.

Yorùbá/Yoruba

Ìrànlọwọ wà ní àrọwọtó ní èdè rẹ: **1-800-318-8821, TTY 711**. Àwọn isẹ yìí wà ní àrọwọtó lófèè.

Bassa

U nla kosna mahola ni hop won I nsinga ini: **1-800-318-8821, TTY 711**. Ngui nsaa wogui wo.