

# En este boletín informativo:

Más para usted.

Los beneficios de la vista y la audición para adultos son nuevos en 2022.

¡Sonría! La atención dental puede hacer feliz a su boca.

Ahora puede obtener un suministro para 90 días de algunos medicamentos.

... y más.



## A su disposición

Un boletín informativo para miembros  
de Highmark Health Options

Invierno de 2022

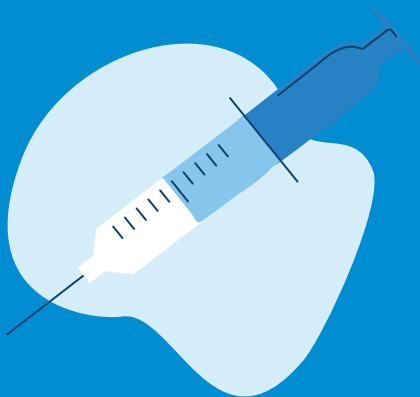
# ¿Se ha vacunado contra la COVID-19?

---

Dé este paso importante y seguro para ayudar a protegerse a usted mismo y a los demás. La vacuna contra la COVID-19 es segura y eficaz. Ayuda a prevenir el desarrollo de enfermedades graves en las personas que se enferman.

Las vacunas y los refuerzos contra la COVID-19 son gratuitos y están disponibles en la mayoría de las farmacias. También es posible que la vacuna se dé en el consultorio de su médico.

[Visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#) para obtener más información sobre la vacuna contra la COVID-19 para personas mayores de 5 años y sobre dónde obtenerla.



## En esta edición:

---

- 3 Más para usted.
- 4 Los beneficios de la vista y la audición para adultos son nuevos en 2022.
- 5 ¡Sonría! La atención dental puede hacer feliz a su boca.
- 6 Ahora puede obtener un suministro para 90 días de algunos medicamentos.
- 7 Acceda a sus beneficios, a su manera.
- 8 Elija atención en persona o en línea.
- 9 El Programa de prevención de la diabetes promueve una vida saludable.
- 10 Números de teléfono importantes
- 11 Declaración de derechos y responsabilidades de los miembros.
- 11 La discriminación va contra las leyes.
- 11 Para obtener ayuda en su idioma.



---

Cuando vea este icono, haga clic para regresar a la lista de contenidos.

---

# Más para usted.

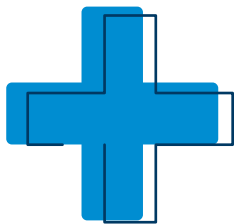
Elija Highmark Health Options para su cobertura y atención administrada de Medicaid, incluso si no está enfermo. Su cobertura va más allá de los servicios básicos para que pueda disfrutar de la vida. Los servicios básicos incluyen atención médica de los médicos, los hospitales y las farmacias que necesita, ¡y mucho más!

---



## Más allá de los beneficios como la atención médica y hospitalaria, sus beneficios incluyen:

- Atención después del horario habitual de trabajo y atención de urgencia
- Planificación familiar
- Ayuda con el consumo de sustancias
- Ayuda para encontrar recursos comunitarios
- Traslados a visitas de atención médica para adultos elegibles
- Cupones para la prueba de Desarrollo educativo general (General Educational Development, GED)
- ¡Y más!



## Además, Highmark Health Options ofrece estos beneficios adicionales más allá de los beneficios estándar de Medicaid:

- Programa de prevención de la diabetes
- Programa de control de peso saludable
- Recompensas por acciones saludables
- Cajas de alimentos para mamás primerizas (alimentos, pañales y toallitas gratis)
- Programa de bienestar durante la maternidad (gane un asiento de automóvil para infante, un coche para bebés, un Pack 'n Play o un Baby Shower en caja)



---

# Los beneficios de la vista y la audición para adultos **son nuevos en 2022.**

---



## Los adultos mayores de 21 años ahora tienen un:

**Beneficio de la vista:** Incluye un examen anual con copago de \$0. También incluye lentes de contacto o lentes de plástico transparentes recetados con marcos seleccionados.

Si necesita ayuda para encontrar un oftalmólogo en el lugar donde vive, llame a Servicios para Miembros al **1-844-325-6251**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 8 p. m., o busque en el [Directorio de proveedores](#).

**Beneficio de la audición:** Incluye un examen de audición de rutina con copago de \$0 y un audífono para cada oído cada 2 años calendario, según sea necesario, a través del programa TruHearing. También incluye moldes para los oídos y ajustes, un período de prueba de 60 días, suministro de baterías por 1 año, y garantía del fabricante por 3 años para reparaciones y mantenimiento.

Llame al **1-877-759-3272** para hablar con un asesor de audición y programar su cita.

**Nota:** Para niños de 20 años o menos, Highmark Health Options cubre:

- Exámenes de la vista y anteojos o lentes de contacto (se aplican algunas limitaciones)
- Exámenes de audición, audífonos y baterías

Estos beneficios estándar para niños no son nuevos.



---

# ¡Sonría! La atención dental puede hacer feliz a su boca.

---



Highmark Health Options cubre la atención dental para adultos mayores de 21 años. Aproveche la cobertura que le permite corregir problemas dentales ahora y evitar nuevos problemas en el futuro.

Tiene una cobertura de \$1,000 cada año para atención dental, y es posible que se apruebe más cobertura si necesita atención dental de emergencia. Actualmente, no se aplica el copago durante la emergencia de salud pública de Delaware. Y no necesita una derivación para ver a un dentista.

## Los beneficios dentales incluyen:

- Limpiezas de rutina
- Cirugía oral y maxilofacial
- Periodoncia
- Servicios preventivos
- Reparaciones y rebasado de dentaduras postizas
- Servicios de restauración
- Pruebas y exámenes
- Radiografías

## Los beneficios dentales no incluyen:

- Dentaduras postizas
- Extracción de muelas del juicio impactadas

Si necesita ayuda para encontrar un dentista en el lugar donde vive, llame a Servicios para Miembros al **1-844-325-6251**, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 8 p. m., o busque en el [Directorio de proveedores](#).

**Nota:** Para los niños de 20 años o menos, los servicios dentales están cubiertos por el estado, excepto la extracción de muelas del juicio impactadas. La extracción de muelas del juicio impactadas está cubierta por el beneficio médico de Highmark Health Options.



# Ahora puede obtener un suministro para 90 días de algunos medicamentos.



Puede obtener un suministro para 90 días de su medicamento en lugar de un suministro para 30 días. Esto significa que solo necesita resurtir su receta cuatro veces al año.

## Hable con su médico sobre un suministro para 90 días.

Los medicamentos cubiertos por este beneficio tratan afecciones continuas como asma, depresión, colesterol alto y presión arterial alta, entre otras. Los medicamentos cubiertos se enumeran a continuación. La lista incluye nombres de marca y genéricos. Busque en el frasco de su receta el nombre genérico o de marca.

Si toma alguno de estos medicamentos, pregúntele a su médico si una receta para 90 días es adecuada para usted. Si es así, su médico puede hacer la receta para 90 días. Y usted puede recoger sus medicamentos en su farmacia minorista.

| Nombre genérico                           | Nombre de la marca  |
|---|---------------------|
| Alendronato sódico                        | Fosamax             |
| Besilato de amlodipino                    | Norvasc             |
| Atenolol                                  | Tenormin            |
| Bisoprolol-HCTZ                           | Ziac                |
| Inhalador de budesonida/<br>formoterol    | Inhalador Symbicort |
| Carvedilol                                | Coreg               |
| Hidrobromuro de citalopram                | Celexa              |
| Clonidina HCl                             | Catapres            |
| Inhalador de propionato<br>de fluticasona | Inhalador Flovent   |
| Furosemida                                | Lasix               |
| Glipizida                                 | Glucotrol           |
| Hidroclorotiazida                         | Microzide, varios   |

| Nombre genérico                        | Nombre de la marca   |
|--|----------------------|
| Lisinopril                             | Prinivil, Zestril    |
| Lisinopril-HCTZ                        | Prinzide, Zestoretic |
| Losartán potásico                      | Cozaar               |
| Metformina                             | Glucophage           |
| Metformina de liberación<br>prolongada | Glucophage Xr        |
| Tartrato de metoprolol                 | Lopressor            |
| Montelukast                            | Singulair            |
| Paroxetina HCl                         | Paxil                |
| Ramipril                               | Altace               |
| Sertralina HCl                         | Zoloft               |
| Simvastatina                           | Zocor                |
| Trazodona HCl                          | Desyrel              |



# Acceda a sus beneficios, a su manera.

Obtenga la información más reciente para aprovechar al máximo sus beneficios. Hay distintas maneras de obtener más información sobre sus beneficios y cobertura de Highmark Health Options. Elija la que mejor se adapte a sus necesidades.



## En [HighmarkHealthOptions.com](https://www.HighmarkHealthOptions.com)

Encuentre las herramientas y los recursos que necesita para mantenerse saludable, leer anuncios e incluso encontrar atención cerca de usted.



## En su Manual para miembros

Obtenga más información sobre sus beneficios en el Manual para miembros 2022, que estará disponible próximamente en el sitio web de Highmark Health Options.



## Por teléfono

Llame a Servicios para Miembros al 1-844-325-6251, de lunes a viernes, de 8 a. m. a 8 p. m.



## Síguenos en Facebook

# Elija atención en persona o en línea.

Su cobertura incluye visitas al consultorio del médico y visitas virtuales (atención médica en línea).

- Encuentre un proveedor de atención médica cerca de usted en el [Directorio de proveedores](#) actualizado. O llame a Servicios para Miembros.
- Regístrese en [HHO on the Go](#) para acceder a visitas virtuales las 24 horas del día, los 7 días de la semana con un proveedor de atención médica. Use su teléfono inteligente o computadora cuando necesite atención de urgencia o atención de salud mental, dondequiera que esté. Sí, esto también incluye atención nocturna y durante los fines de semana. Regístrese en [HHOOnTheGo.com](#) y descargue la aplicación desde Apple App Store o Google Play.





---

# El Programa de prevención de la diabetes **promueve una vida saludable.**

---



Si no tiene diabetes tipo 2 y desea prevenirla, este programa es para usted. Highmark Health Options se ha asociado con la YMCA de Delaware para ofrecerle el Programa de prevención de la diabetes. El programa dura un año e incluye 25 sesiones grupales de una hora. Si es elegible y tiene 18 años o más, quizás pueda inscribirse en este programa gratuito.

Un asesor sobre estilo de vida capacitado dirige sesiones en grupos pequeños para ayudar a los participantes a hacer lo siguiente:

- Aprender habilidades y estrategias para comer de manera más saludable.
- Aumentar la actividad física.
- Bajar de peso.
- Superar el estrés.
- Mantenerse motivados.
- Y más.

Para hacer preguntas o saber cómo inscribirse, llame al Departamento de Administración de la Atención al 1-844-325-6251. O bien, llame al Departamento de Vida Saludable de la YMCA de Delaware al 1-302-572-9622 o [visite el sitio web de la YMCA de Delaware.](#)



# Números de teléfono importantes

| Highmark Health Options   |                      |
|---|----------------------|
| Línea de enfermería las 24 horas  | 1-844-325-6251       |
| <b>Servicios para Miembros</b><br>Lunes a viernes, de 8 a. m. a 8 p. m.   |                      |
| <b>Coordinación de la atención</b><br>Lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.   |                      |
| <b>Salud conductual (trastorno de salud mental y por consumo de sustancias)</b><br>Lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m.  |                      |
| <b>Farmacia</b>   |                      |
| <b>Defensor de miembros</b>   | 1-855-430-9852       |
| <b>Línea directa de fraude y abuso</b>  | 1-844-325-6256       |
| <b>Línea TTY/TDD</b><br>Las personas que tienen pérdida de la audición o del habla pueden comunicarse con una persona capacitada que puede ayudarles a hablar con alguien que utiliza un teléfono normal. | 711 o 1-800-232-5460 |

| Servicios para crisis de salud conductual<br>Para trastorno de salud mental y por consumo de sustancias.                      |                |
|---|----------------|
| <b>Norte de Delaware</b><br>Brinda servicios en el condado de New Castle y el área de Smyrna en el norte del condado de Kent. | 1-800-652-2929 |
| <b>Sur de Delaware</b><br>Brinda servicios en los condados de Sussex y Kent al sur del área de Smyrna.                        | 1-800-345-6785 |



---

## Declaración de derechos y responsabilidades de los miembros.

La declaración de derechos y responsabilidades de los miembros de la organización detalla que los miembros tienen los siguientes derechos y responsabilidades:

1. El derecho a recibir información sobre la organización, sus servicios, sus profesionales y proveedores, y los derechos y responsabilidades de los miembros.
2. El derecho a recibir un trato respetuoso y el reconocimiento de su dignidad y derecho a la privacidad.
3. El derecho a participar junto con los profesionales en la toma de decisiones sobre su atención médica.
4. El derecho a una conversación honesta sobre las opciones de tratamiento adecuadas o médicamente necesarias para sus afecciones, independientemente del costo o la cobertura del beneficio.
5. El derecho a expresar sus quejas o apelaciones sobre la organización o la atención que brinda.
6. El derecho a hacer recomendaciones con respecto a la política de derechos y responsabilidades de los miembros de la organización.
7. La responsabilidad de proporcionar información (en la medida de lo posible) que la organización y sus profesionales y proveedores necesitan para brindar atención.
8. La responsabilidad de seguir los planes e instrucciones de cuidado que se hayan acordado con el profesional.
9. La responsabilidad de comprender sus problemas de salud y participar en el desarrollo de los objetivos de tratamiento acordados en conjunto con el profesional, en la medida de lo posible.

## La discriminación va contra las leyes.

Highmark Health Options cumple con las leyes y normativas de derechos civiles federales aplicables y no discrimina basándose en la raza, el color, la nacionalidad, la edad, la discapacidad, el estado de salud, el sexo, la orientación sexual o la identidad de género. Highmark Health Options no excluye a las personas ni las trata de forma diferente por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, estado de salud, sexo, orientación sexual o identidad de género.

Puede presentar una queja relacionada con sus derechos civiles ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., de manera electrónica a través del Portal de Quejas de la Oficina de Derechos Civiles, disponible en [ocrportal.hhs.gov/ocr/smartscreen/main.jsf](http://ocrportal.hhs.gov/ocr/smartscreen/main.jsf), o por correo postal o por teléfono a:

U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Avenue, SW  
Room 509F, HHH Building  
Washington, D.C. 20201  
1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Los formularios de quejas están disponibles en <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

## Para obtener ayuda en su idioma.

Highmark Health Options ofrece:

- Material de apoyo y servicios gratuitos a las personas con discapacidades para que se comuniquen de manera efectiva con nosotros, por ejemplo:
  - Intérpretes capacitados en lenguaje de señas.
  - Información escrita en otros formatos (letra grande, Braille, audio, formatos electrónicos accesibles, otros formatos).
- Servicios lingüísticos gratuitos para las personas cuyo idioma principal no es el inglés, por ejemplo:
  - Intérpretes capacitados.
  - Información escrita en otros idiomas.



ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call the number on the back of your ID card (TTY: 711).

ATENCIÓN: Si usted habla español, se encuentran disponibles servicios de asistencia con el idioma sin costo alguno para usted. Llame al número que figura al dorso de su tarjeta de identificación (TTY: 711).

Atansyon: Si w pale kreyòl ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele nimewo ki sou do kat idantifikasyon w lan (TTY: 711).

注意：如果您讲中文，可以免费为您提供语言协助服务。拨打您的卡背面的号码（听障人士专用号码：(TTY:711)）。。

注：英語を話す場合は、無料の言語支援サービスを利用できます。あなたのIDカードの裏面（：711 TTY）の番号を呼び出します。

ધ્યાન આપશો: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હોવ તો, તમારા માટે ભાષા સહાયતા સેવાઓ મફતમાં ઉપલબ્ધ છે. તમારા આઇડી કાર્ડની પાછળ આપેલા નંબર પર ફોન કરો (TTY: 711).

ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'assistance linguistique vous sont offerts gratuitement. Veuillez appeler le numéro qui se trouve au verso de votre carte d'identification (TTY : 711).

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 카드 뒷면의 번호로 전화하십시오 (TTY: 711).

ATTENZIONE: Se parla italiano, per Lei sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiami il numero presente sul retro della Sua carta di identificazione (TTY: 711).

LƯU Ý: Nếu quý vị nói Tiếng Việt, luôn có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ được cung cấp miễn phí cho quý vị. Vui lòng gọi số điện thoại trên mặt sau của thẻ nhận dạng của quý vị (TTY: 711).

ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, steht Ihnen kostenlose Unterstützung in Ihrer Sprache zur Verfügung. Wählen Sie hierfür bitte die Nummer auf der Rückseite Ihrer Ausweiskarte (TTY: 711).

PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, may maaari kang kuning mga libreng serbisyo ng tulong sa wika. Tawagan ang numero sa likod ng iyong card (TTY: 711).

कृपया ध्यान दें: यदि आप हिन्दी बोलते हैं, तो भाषा सहायता सेवाएं आपके लिए निशुल्क उपलब्ध हैं। अपने पहचान कार्ड के पीछे दिए गए नंबर पर कॉल करें (TTY: 711)।

توجه دیں: اگر آپ اردو بولتے/بولتی ہیں تو، آپ کے لیے زبان کی اعانت کی خدمات مفت دستیاب ہیں۔ اپنے آئی ڈی کارڈ کے پیچھے درج نمبروں پر ہمیں کال کریں (ٹی ٹی وائی: 711)۔

(تنبيه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية متاحة لك بالمجان. اتصل على الرقم المدون على ظهر بطاقة هويتك (الهاتف النصي: 711).

గమనిక: మీరు తెలుగు మాట్లాడే వారైతే, భాషా సహాయక సేవలు, ఖర్చు లేకుండా, మీరు లభిస్తున్నాయి. మీ ఐడి కార్డుకు (TTY: 711) వెనుక వైపు ఉన్న నెంబర్ కి ఫోన్ చేయండి.

