

Exámenes de los ojos para diabéticos

Si tiene diabetes, es muy importante que cuide de sus ojos. Las personas con diabetes tienen un alto riesgo de tener problemas de la vista. La retinopatía diabética es una complicación de la diabetes que afecta los ojos. Es la causa más común de nuevos casos de pérdida de la visión y ceguera entre los adultos de 20 a 74 años.

CONSULTE A SU OFTALMÓLOGO DE INMEDIATO SI TIENE ALGUNO DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS:

- Visión borrosa
- Destellos de luz en sus ojos
- Dolor o presión en los ojos
- Manchas oscuras o flotantes en su visión
- Problemas con su visión periférica

Visite a su oftalmólogo cada año para que le haga un examen de la vista con la pupila dilatada. ¿Necesita ayuda para encontrar un médico? Llame a nuestros Servicios para Miembros: **833-981-0212**.

PARA SABER MÁS, VISITE: <https://www.nei.nih.gov/learn-about-eye-health/eye-conditions-and-diseases/diabetic-retinopathy>



Incentivo de Bienestar para Visitas de Niños Sanos

Los chequeos regulares ayudan a mantener sanos a los niños. Es importante que los niños visiten a su médico incluso cuando no estén enfermos. Durante una visita de bienestar, el médico examinará:

- Audición
- Visión
- Crecimiento
- Nutrición
- Actividad física

¿Su niño va cumplir 3 a 17 años de edad en el 2021? Usted puede calificar para recibir una tarjeta de regalo de \$25. Lleve a su niño para un examen de bienestar para niños sanos este año.

¿Necesita ayuda para elegir un doctor de atención primaria para su niño? Llame a nuestro servicio al cliente al **1-833-981-0212**.

PARA APRENDER MÁS VISTE: uhealthplan.utah.edu/wellchild

3 Exámenes de Detección Que Todas las Mujeres Necesitan Para la Prevención del Cáncer

LA PRUEBA DE PAPANICOLAOU: A los 21 años de edad, debe de comenzar a hacerse pruebas regulares de Papanicolaou. Si su prueba es normal, puede esperar tres años para su próxima prueba de Papanicolaou.

LA PRUEBA DEL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH): A los 30 años de edad, debe comenzar a hacerse las pruebas del VPH. Si su prueba es normal, puede esperar cinco años para su próxima prueba de VPH.

MAMOGRAFÍA: Una mamografía es una imagen de rayos X del seno. Las mujeres de 50 a 74 años de edad deben hacerse una mamografía cada dos años. Algunas mujeres optan por empezar a hacerse mamografías a los 40 años. Hable con su médico para saber que es adecuado para usted.

PARA SABER MÁS, VISITE: cancer.org/healthy/find-cancer-early.html

REGLAMENTO DE NO DISCRIMINACIÓN

Usted tiene el derecho de obtener atención médica y de ser tratado con dignidad y respeto sin importar cuál sea su raza, color, sexo, religión, nacionalidad, discapacidad o edad. Healthy U no prohíbe ni restringe a sus proveedores de actuar dentro del ámbito legal de la práctica ni discrimina contra profesionales de la salud que sirven a poblaciones de alto riesgo o que se especializan en el tratamiento de condiciones costosas. El reglamento de no discriminación de Healthy U cumple con el Title VI of the Civil Rights Act of 1973, the Age Discrimination Act of 1990 y de la University of Utah Policy and Procedures 1999, Sections 2-6.

MANUAL PARA MIEMBROS/ SERVICIOS DE URGENCIAS/ APELACIONES O QUEJAS

Los miembros pueden solicitar una copia del Manual para Miembros de Healthy U al visitar el sitio web de Healthy U, uhealthplan.utah.edu o poniéndose en contacto con Servicio al Cliente al (801) 213-4104. Los miembros pueden presentar una apelación o queja visitando uhealthplan.utah.edu. ¿Necesita atención urgente o los servicios de emergencia? Póngase en contacto con Servicio al Cliente al 801-213-4104 o visite uhealthplan.utah.edu para encontrar un centro de urgencias o hospital más cercano a usted.

LEY DE PROTECCIÓN DE LA SALUD DE MADRES Y RECIÉN NACIDOS (NMHPA)

The Newborns' Act es la cantidad de tiempo que usted y su hijo recién nacido está cubierto por una estadía en el hospital después del parto. Para un parto vaginal usted puede permanecer en el hospital hasta por 48 horas. Para una cesárea usted puede permanecer en el hospital hasta por 96 horas. Sin embargo, el médico puede determinar después de hablar con usted, que usted o su hijo recién nacido pueda dejar el hospital antes. Para obtener más información sobre la Ley de los Recién Nacidos, por favor visite www.dol.gov/ebsa/newsroom/fsnmhafs.html.

SUS RESPONSABILIDADES

Siempre hable con su médico sobre cualquier información de salud que aparece en boletines en la Internet para asegurarse que es lo mejor para usted. Nunca utilice esta información para tomar decisiones sobre la salud, haga lo que el médico recomienda que es mejor para usted. es mejor para usted.



ESTAMOS
CON
USTEDES



PO Box 45180
Salt Lake City, Utah
84145-0180

NON-PROFIT ORG.
U.S. POSTAGE PAID
Permit No. 1529
Salt Lake City, Utah

Healthy U Review se publica dos veces al año por University of Utah Health Plans. ©2021 Todos los derechos reservados.

Healthy U Review y su representación gráfica son marcas comerciales. La reproducción sin permiso está estrictamente prohibida. Ningún material de este número puede reproducirse sin permiso por escrito. Healthy U Review no promueve ninguna forma de tratamiento médico ni fomenta el autocontrol de problemas médicos. Su objetivo es complementar, no reemplazar la atención de profesionales de la salud.

5401M

HEALTHY U MEDICAID

VERANO 2021



¿QUÉ ES UN PROVEEDOR DE ATENCIÓN PRIMARIA?

Un proveedor de atención primaria es un doctor de atención médica que lo ayuda con el manejo de sus necesidades de salud. Un proveedor de atención primaria puede enseñarle formas para mantenerse saludable, tratarlo cuando esté enfermo y ayudarlo a recibir atención cuando lo necesite.

¿TIENE UN PROVEEDOR DE ATENCIÓN PRIMARIA?

Usted puede elegir un proveedor de atención primaria en nuestra página web: estamosconustedes.com – ¿Necesita ayuda elegir un proveedor de atención primaria? Llame a nuestro servicio al cliente: **1-833-981-0212**.

CHEQUEOS ANUALES

Los exámenes de la salud regulares pueden mantenerlo saludable. Su proveedor de atención primaria puede decirle que pruebas de detección necesita según su edad, estado de salud, antecedentes familiares y estilo de vida, como lo que come, que tan activo es y si fuma. Usted debe hacerse un chequeo médico por lo menos una vez al año.



MANTÉNGASE SALUDABLE: VISITE A SU MÉDICO DE ATENCIÓN PRIMARIA

¿Sabía que es importante visitar a su médico de atención primaria incluso cuando no está enfermo?

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Servicios de Intérpretes

801-213-4104 o
833-981-0212
8 a.m. to 6 p.m.

Manejo de Casos

801-213-4104 or
833-981-0212

Healthy U en la Internet

uhealthplan.utah.edu

Servicios de Relay Utah

TTY/TDD 1-800-346-4128
En Espanol 1-888-346-3162

Reporte Sospechas de Fraude

801-213-4104 or
833-981-0212

Número de Fax

801-281-6121

Por correo

Healthy U Medicaid
P.O. Box 45180
Salt Lake City, UT 84145-0180

Educación
sobre la salud
y otros recursos
específicamente
para la comunidad
latina.

Visite EstamosConUstedes.com

 Facebook:
[@UofUHealthPlansEnEspanol](https://www.facebook.com/UofUHealthPlansEnEspanol)

 YouTube:
[University of Utah Health Plans](https://www.youtube.com/UniversityofUtahHealthPlans)

