

## 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**.

Fuente: <https://www.nei.nih.gov/learn-about-eye-health/eye-conditions-and-diseases/diabetic-retinopathy>



## ¿Sabía que Healthy U cubre la planificación familiar?

**HEALTHY U CUBRE LOS SERVICIOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y TRATAMIENTO SIN COSTO ALGUNO. LOS SERVICIOS QUE CUBRE INCLUYEN:**

- Asesoría para ayudarle a planificar cuándo tener un bebé
- Condones, diafragmas, cremas y espumas de venta libre
- Implantes anticonceptivos, Inyección Depo-Provera, DIU, parches, píldoras, pastillas del día después, anillos y esterilización

Hable con su médico para que le ayude a decidir qué método anticonceptivo es mejor para usted. ¿Necesita ayuda para encontrar un médico? Llame a nuestros Servicios para Miembros: **833-981-0212**.

## Los chequeos anuales ayudan a los niños a mantenerse saludables

**A PARTIR DE LOS 3 AÑOS, SU HIJO(A) NECESITA UN CHEQUEO UNA VEZ AL AÑO. A ESTE EXAMEN NORMALMENTE SE LE LLAMA UNA CONSULTA DEL NIÑO SANO (WELL-CHILD VISIT) E INCLUYE:**

**EXAMEN FÍSICO:** El médico revisará el crecimiento y desarrollo de su hijo(a).

**MEDICIONES:** El médico pesa a su hijo(a) y revisa la estatura y la presión arterial.

**VACUNAS:** Los niños necesitan vacunas para protegerlos contra las enfermedades.

**EVALUACIÓN DEL COMPORTAMIENTO:** El médico se asegura de que el desarrollo mental de su hijo(a) esté en buen camino.

Su médico también revisará la visión y la audición de su hijo(a).

¿Necesita ayuda para encontrar un Pediatra? Estamos aquí para ayudarle. Llame a nuestros Servicios para Miembros: **833-981-0212**.

Fuente: <https://brightfutures.aap.org/families/Pages/Well-Child-Visits.aspx>

## 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](http://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](http://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](http://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](http://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.





**ELIGE SALUDABLE.  
ELIGE FELIZ.  
ELEGIRTE.**



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. ©2020 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

INVIERNO 2020



## PROGRAMAS DE MANEJO DE CUIDADOS



### EMPOWER U

Nuestro equipo puede ayudarle a comprender la planificación de los cuidados avanzados. La planificación de los cuidados avanzados es tomar decisiones sobre los cuidados médicos que desea si se enferma demasiado como para decírselo usted mismo(a) a su médico.



### TRANSICIONES PARA PACIENTES

Si usted está en el hospital, nuestras(os) enfermeras(os) pueden ayudarle a darle de alta de manera segura. Ellas(os) responderán cualquier pregunta sobre sus medicamentos y programarán citas de seguimiento.



### SALUD DEL COMPORTAMIENTO

Si necesita ayuda con trastornos de salud mental y/o uso de sustancias, tenemos un equipo de salud del comportamiento para ayudarle con sus necesidades de cuidados médicos.



### CUIDADOS PARA ADULTOS Y PARA NIÑOS

Si usted lo necesita, podemos ayudarle a encontrar un médico de cuidados primarios o un especialista si tiene otras condiciones que son complejas.



### MANEJO DE ENFERMEDADES

Si tiene asma, diabetes o afecciones cardíacas, nuestro equipo le ayudará brindándole educación y coordinación de cuidados.



### U BABY Y SALUD DE LA MUJER

¿Está embarazada? ¿Es posible que sea de alto riesgo? Si tiene inquietudes o preguntas, podemos ayudarle.

## INFORMACIÓN DE CONTACTO

### Servicios de Intérpretes

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

### Servicios de Relay Utah

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

### Manejo de Casos

801-213-4104 or  
833-981-0212

### Reporte Sospechas de Fraude

801-213-4104 or  
833-981-0212

### Healthy U en la Internet

uhealthplan.utah.edu

### Número de Fax

801-281-6121

### Por correo

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

## Asistencia de Acceso

No espere a una cita con el médico, déjenos ayudar al **801-587-2851**.

Queremos ayudarle a mantenerse lo más saludable posible. Llame a nuestro equipo de manejo de cuidados: **833-981-0212**.