



## Averigüe sobre sus beneficios

**Sus beneficios son los servicios que cubre Buckeye Health Plan (Buckeye).** Es importante que comprenda sus beneficios. Puede encontrar más información sobre los mismos en el manual para miembros. Si no tiene una copia, podemos enviarle una. Simplemente llámenos al **1-866-246-4358**.

También podemos ayudarle a programar una cita. Le podemos ayudar a encontrar transporte para sus citas. Si no puede llegar a una cita, infórmele al consultorio del proveedor lo antes posible.

Ofrecemos servicios de interpretación gratuitos a los miembros. Un intérprete le puede ayudar a averiguar más acerca de sus beneficios. Asimismo, un intérprete puede ayudarle durante sus citas médicas. Llame a Servicios para Miembros de Buckeye al **1-866-246-4358**.

### Encuéntrenos en línea

Buckeye está en línea en **BuckeyeHealthPlan.com**. Nuestro sitio web tiene mucha información útil. Puede encontrar una copia de su manual. Puede buscar un proveedor.

Use nuestro portal seguro para miembros para:

- Cambiar su proveedor de atención primaria
- Actualizar su información personal
- Encontrar información sobre beneficios de farmacia
- Enviar un mensaje a Buckeye

Inicie sesión en el portal para miembros en **BuckeyeHealthPlan.com/login.html**. Si tiene preguntas, llámenos al **1-866-246-4358**.

## La atención apropiada para usted

Es importante que obtenga asistencia médica apropiada para su edad y sus necesidades de salud.

Cuando sus hijos son jóvenes, van a consulta con un médico especializado en la salud infantil. A ese médico se le llama pediatra. Sin embargo, cuando sus hijos crecen, sus necesidades de salud cambian. Es allí cuando llega el momento de cambiarse a un médico que sepa sobre la salud de los adultos.

Su médico y su plan de salud pueden ayudarlo a usted y a su hijo a realizar este cambio. Si necesita ayuda para encontrar un médico nuevo, converse con su médico actual. O llame a Servicios para Miembros al **1-866-246-4358**.



## ¿Está en riesgo de diabetes?

**La diabetes tipo 2 es una afección en la que los niveles de azúcar en la sangre son más altos de lo normal.** Esto sucede cuando su cuerpo no usa la insulina de la manera adecuada. Algunas personas tienen más riesgo de diabetes tipo 2. Esto incluye a personas que:

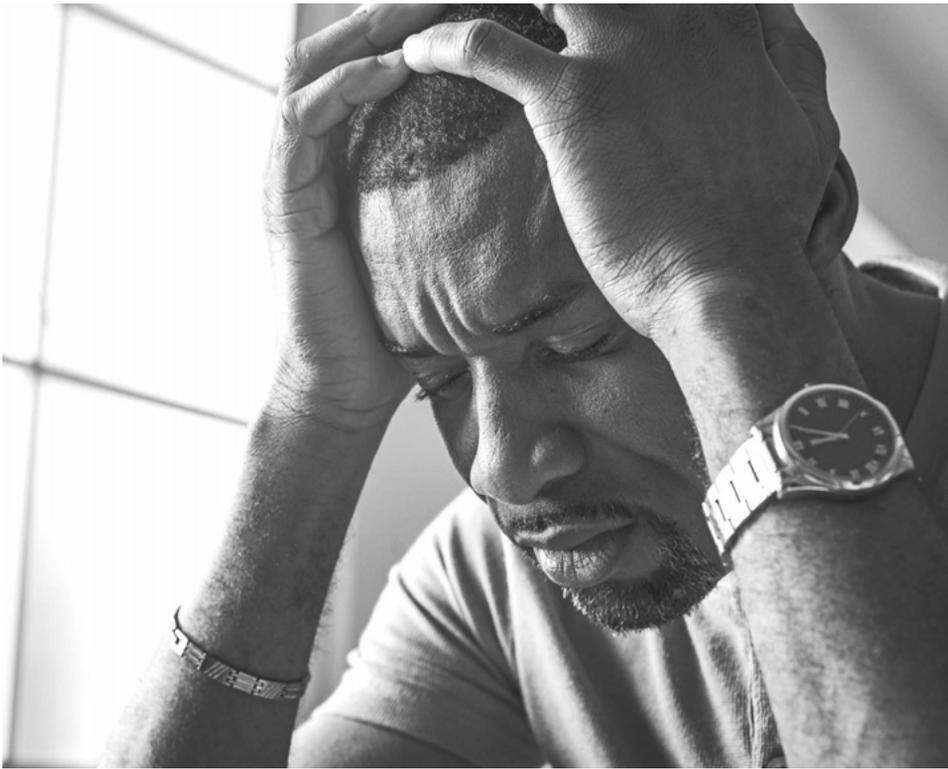
- Tienen sobrepeso
- Son mayores de 45 años
- Tienen familiares con diabetes
- Tienen presión arterial alta
- Son afroamericanos, nativos de Alaska, indígenas americanos, asiáticos americanos, hispanos/latinos, nativos de Hawái o de las islas del Pacífico

Si tiene diabetes tipo 2, debe consultar a su proveedor varias veces al año. Su proveedor puede asegurarse de que su diabetes esté bajo control. Es posible que necesite estar atento a lo que come. Es posible que deba tomar pastillas o inyectarse insulina. Es importante tratar su diabetes. La diabetes no tratada puede dañar los ojos, los riñones, los nervios o el corazón.

Buckeye tiene servicios de gestión de la salud. Podemos ayudarlo a vivir con enfermedades crónicas como la diabetes. Llame al **1-866-246-4358** para obtener más información.

### ¿Usted es un miembro nuevo?

¿Tiene alguna pregunta acerca de su plan y beneficios actuales? Visite **BuckeyeHealthPlan.com** para encontrar el manual para miembros. Contiene muchos detalles sobre su plan de salud.



## Los indicios son más que las ‘tristezas’

**Todos nos sentimos “tristes” en ocasiones.** El estrés laboral, problemas financieros u otros asuntos de la vida nos pueden hacer sentir tristes. Pero cuando los sentimientos de tristeza perduran, puede ser algo más grave. Usted podría estar deprimido. ¿Cómo sabe si está deprimido? Pregúntese a sí mismo:

- ¿Mi estado de ánimo impide que haga mi trabajo?
- ¿Afecta mis relaciones?
- ¿Me he sentido triste por más de dos semanas?
- ¿Me siento inútil o desesperanzado?

¿Piensa que está deprimido? Su proveedor puede ayudar. Si piensa en lastimarse a usted mismo o a otros, llame al **911** o acuda a la sala de emergencias. Llame a Buckeye si necesita ayuda para encontrar un proveedor.

## ¿Cuáles son sus deseos?

Puede ser difícil hablar sobre la atención médica para sus últimos días. Sin embargo, es importante hablar al respecto ahora. De este modo, sus seres queridos sabrán cuáles son sus deseos si usted pierde la capacidad para manifestarlos.

Una directiva anticipada es un documento que indica cuáles tratamientos desea y cuáles no. Una vez que tenga una directiva, aún queda trabajo por hacer. Asegúrese de que su médico coloque una copia en su expediente. Asegúrese de que sus seres queridos sepan dónde conseguir una copia. Puede encontrar más información sobre directivas anticipadas en **[caringinfo.org](http://caringinfo.org)**.

## ¿Sala de emergencias o atención urgente?

Cuando está lesionado o enfermo, quiere sentirse mejor rápidamente. ¿Pero necesita atención urgente? ¿O debería ir a la sala de emergencias (Emergency Room, ER)?

La atención urgente es para problemas médicos que no son emergencias. Vaya a atención urgente cuando el consultorio de su médico esté cerrado. Los problemas médicos tratados en la atención urgente incluyen:

- Fiebre alta
- Esguinces
- Síntomas de gripe
- Dolor de oídos
- Vómitos

La ER es para afecciones que necesitan tratarse de inmediato. Estas podrían ser:

- Huesos rotos
- Pensamientos de hacerse daño a sí mismo
- Dolores en el pecho
- Dificultad para respirar
- Debilidad o entumecimiento en un lado

Si necesita atención médica inmediata por una afección que pone su vida en peligro, llame al **911**. Llame a una ambulancia si está sufriendo un ataque al corazón o un derrame cerebral. El tratamiento puede comenzar de camino al hospital.

BUCKEYE HEALTH PLAN  
4349 Easton Way  
Suite 400  
Columbus, OH 43219

**1-866-246-4358**  
**(TTY 1-800-750-0750)**  
**BuckeyeHealthPlan.com**

PSRST STD  
U.S. POSTAGE  
PAID  
Stevens Point, WI  
Permit #422

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 Manifest LLC. © 2019. 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. Manifest no avala ni da garantías con respecto a ninguno de los productos y servicios que se incluyen en esta publicación o en sus artículos.

BHP-MM-011019



La información acerca de la Descripción del Programa para el Mejoramiento de la Calidad de Buckeye 2019 se encuentra disponible para revisión a petición.



## Estamos aquí para ayudarlo

Buckeye desea ayudarlo a que esté y se mantenga saludable. Podemos ayudarlo con muchas cosas. Podemos ayudarlo a:

- Obtener una versión impresa de cualquier información en nuestro sitio web, **BuckeyeHealthPlan.com**
- Obtener información sobre su salud
- Encontrar un médico u otro proveedor
- Obtener servicios de idiomas si no habla inglés
- Obtener una copia nueva de su manual para miembros
- Obtener una nueva tarjeta de identificación

Llame a Servicios para Miembros al **1-866-246-4358** para obtener más información sobre cómo podemos ayudarlo. O visite **BuckeyeHealthPlan.com** para obtener más información.



4349 Easton Way  
Suite 300  
Columbus, OH 43219

## Statement of Non-Discrimination

Buckeye Health Plan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. Buckeye Health Plan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Buckeye Health Plan:

- Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
  - Qualified sign language interpreters
  - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
- Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:
  - Qualified interpreters
  - Information written in other languages

If you need these services, contact Buckeye Health Plan at 1-866-246-4358 (TTY 1-800-750-0750).

If you believe that Buckeye Health Plan has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance with: Buckeye Health Plan at the Appeals Unit, 4339 Easton Way, Suite 400, Columbus, OH 43219, 1-866-246-4358 (TTY: 1-800-750-0750), Fax 1-866-719-5404. You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, Buckeye Health Plan is available to help you. You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at: U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue SW., Room 509F, HHH Building, Washington, DC 20201, 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD).

Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Language Assistance

**English:**

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Spanish:**

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Chinese Mandarin:**

注意：如果您说汉语普通话，我们可以为您提供免费的语言援助服务。请致电 1-866-246-4358（听力障碍电传：711）。

**German:**

ACHTUNG: Wenn Sie Deutsch sprechen, stehen Ihnen kostenlos sprachliche Hilfsdienstleistungen zur Verfügung. Rufnummer: 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Arabic:**

تنبيه: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، تتوفر لك خدمات المساعدة اللغوية بالمجان.  
اتصل بالرقم 1-866-246-4358 (الهاتف النصي: 711)

**Pennsylvania Dutch:**

Wann du Deitsch (Pennsylvania German / Dutch) schwetszcht, kantscht du mitaus Koschte ebber gricke, ass dihr helft mit die englisch Schprooch. Ruf selli Nummer uff: 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Russian:**

ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, вам доступна бесплатная языковая поддержка.  
Звоните 1-866-246-4358 (телетайп (TTY): 711).

**French:**

ATTENTION : Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement.  
Appelez le 1-866-246-4358 (ATS : 711).

**Vietnamese:**

CHÚ Ý: Nếu bạn nói tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn.  
Gọi 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Oromo:**

XIYYEEFFANNAA: Tajaajila gargaarsa Afaan Oroomiffa dubbattu, kanfaltiidhaan ala ni argama.  
Bilbilaa 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Korean:**

참고: 한국어를 구사하시는 분은 무료로 언어 지원 서비스를 이용할 수 있습니다.  
1-866-246-4358 (TTY: 711)로 전화하십시오.

**Italian:**

ATTENZIONE: Se lei parla l'italiano, può avvalersi dei servizi di assistenza linguistica gratuiti.  
Chiamare il numero 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Japanese:**

注意：日本語話者の方向けに、無料で言語サービスをご提供しております。以下の電話番号にて問い合わせください。  
1-866-246-4358 (TTY: 711)

**Dutch:**

LET OP: Als u Nederlands spreekt, kunt u gratis gebruikmaken van de taalkundige diensten.  
Bel 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Ukrainian:**

УВАГА: якщо ви розмовляєте українською мовою, до ваших послуг безкоштовна мовна підтримка.  
Телефонуйте за номером 1-866-246-4358 (телетайп (TTY): 711).

**Romanian:**

ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, puteți beneficia de servicii de asistență lingvistică, gratuit.  
Sunați la 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Somali:**

FIIRO GAAR AH: Haddii aad ku hadasho Soomaali, adeegyada taageerada luqadda oo bilaash ah ayaad heli kartaa.  
Wac 1-866-246-4358 (TTY: 711).

**Nepali:**

ध्यान दिनुहोस्: तपाईं नेपाली बोल्नुहुन्छ भने भाषा सहायता सेवाहरू तपाईंको लागि निःशुल्क उपलब्ध छन्।  
फोन गर्नुहोस् 1-866-246-4358 (TTY: 711).