



Estamos aquí para ayudarlo a que se sienta mejor

Las afecciones de salud mental pueden sucederle a cualquiera.

Hay programas de tratamiento para pacientes hospitalizados y ambulatorios para problemas como abuso de drogas o alcohol, afecciones de salud mental, depresión y más. El tratamiento puede incluir hablar con un terapeuta, tomar medicamentos, o ambos.

Si siente que su vida o la vida de otra persona corre peligro, llame al **911**. También puede recibir ayuda en un centro de crisis, en un centro de atención de urgencia o en una sala de emergencias. Si es ingresado, asegúrese de volver a consultar a su médico con una cita de seguimiento después del tratamiento inicial.

Si necesita ayuda para encontrar un médico, llame a Servicios para Miembros al **1-866-246-4358**. Si ya recibe tratamiento para un problema, continúe viendo a su médico en forma periódica. No dude en llamar a la Línea de Asesoramiento de Enfermería Disponible las 24 horas de Buckeye si necesita ayuda de Buckeye por la noche o los fines de semana llamando al **1-866-246-4358**.

No tiene que enfrentar el problema solo. Buckeye tiene muchos planes de tratamiento y programas diferentes que pueden ayudar, entre ellos, Administración de la Atención. Llámenos al **1-866-246-4358** para obtener más información.

¿Está su asma bajo control?

El asma es una enfermedad que dificulta la respiración. Puede complicarle la vida, e incluso puede poner en riesgo su vida.

Los medicamentos que se utilizan para controlar y evitar el asma pueden mejorar la calidad de su vida. Pueden reducir la gravedad de los ataques de asma. Tome los medicamentos tal como le indica su médico. Tome la dosis correcta en el horario correcto y el tiempo que se lo indiquen. Llame a Buckeye Health Plan para obtener información sobre el asma. Tenemos información para adultos y para niños.

El programa de manejo de enfermedades es una manera en la que ayudamos a las personas con enfermedades como asma o diabetes. Puede ayudarlo a controlar sus síntomas. Puede ayudarlo a encontrar un médico. Buckeye también puede ayudarlo a encontrar un médico.

Llame al **1-866-246-4358** para averiguar si el programa de administración de enfermedades puede ayudarlo o cómo puede ayudar Buckeye.



envolve⁷
Benefit Options

Usar hilo dental: una parte importante de su rutina diaria

¿Sabía usted que para remover la placa entre los dientes y en la línea gingival debe usar hilo dental al menos una vez al día? El hilo dental también removerá las partículas de los alimentos que el cepillado solo no logra. Con el uso de hilo dental regular, sus encías estarán más sanas y su aliento estará más fresco.

Si usa hilo dental solo una vez al día, el mejor momento para hacerlo es justo antes de irse a dormir. Si se olvida algunos días, no se preocupe demasiado. La Academia de Odontología General dice que usar hilo dental incluso dos o tres veces por semana provee algunos beneficios y es mucho mejor que no usar hilo dental en lo absoluto.

Aportado por Preddis Sullivan, DDS, MBA, Director de Odontología, Envolve Dental, Inc. Envolve Dental es una subsidiaria de propiedad absoluta de Envolve Benefit Options, Inc.

Datos de farmacia

1. Una lista de medicamentos preferidos (Preferred Drug List, PDL) es la lista de medicamentos con cobertura por parte de Buckeye Health Plan.
2. Puede encontrar la PDL más reciente en www.buckeyehealthplan.com/providers/pharmacy.html. También puede llamar al **1-866-246-4358** para consultar si un medicamento tiene cobertura.
3. Su médico o farmacéutico puede ayudarlo a revisar la lista. Puede ayudarlo a encontrar un medicamento para usted que cubra Buckeye Health Plan.

Usted tiene derechos y responsabilidades

Como miembro de Buckeye, hay cosas que puede esperar de su plan de salud. También hay cosas que su plan de salud espera de usted. Esto se denomina derechos y responsabilidades. A continuación presentamos algunos. Puede leer todos los derechos y responsabilidades en su Manual para miembros.

Estos son algunos de sus derechos como miembro:

- Recibir todos los servicios que ofrecemos
- Ser tratado con respeto
- Saber que su información médica y personal se mantendrá en privado
- Tener la posibilidad de obtener una copia de su historia clínica

Algunas de sus responsabilidades incluyen:

- Hacer preguntas si no comprende sus derechos
- Asistir a sus citas programadas
- Llevar su tarjeta de identificación de miembro a sus citas
- Comunicarle a su médico si lo atendieron en una sala de emergencias

Llame a Servicios para Miembros al **1-866-246-4358** si necesita una copia impresa del manual.

¿Cómo podemos ayudarlo?

Buckeye Health Plan puede ayudarlo con muchas cosas. Solo llame a Servicios para Miembros al **1-866-246-4358** si necesita:

- Una versión impresa de cualquier información en nuestro sitio web, www.buckeyehealthplan.com
- Ayuda para elegir un médico
- Ayuda para programar citas médicas
- Transporte a sus citas (recuerde llamar al menos 48 horas antes de la fecha prevista para su cita)

P&R: Administración de la Atención

¿En qué consiste la Administración de la Atención?

El equipo de Administración de la Atención de Buckeye está formado por enfermeros y trabajadores sociales, que pueden enseñarle cómo cuidarse. También pueden ayudarlo a recibir servicios. Ellos trabajarán con su médico para que usted reciba la atención y los servicios que necesita.

¿Quién puede usar Administración de la Atención?

Administración de la Atención es para personas con enfermedades prolongadas o complicadas. Administración de la Atención puede ayudarlo a administrar sus enfermedades crónicas, desde presión arterial alta hasta diabetes.

¿Cómo puede inscribirse un miembro?

El programa de Administración de la Atención no es obligatorio. ¿Le interesa? Usted o su médico pueden solicitarlo. Llame al **1-866-246-4358**.

La seguridad ante todo al andar en bicicleta

Para todas las edades, andar en bicicleta es una excelente manera de disfrutar del tiempo cálido y al mismo tiempo hacer ejercicio. Sin embargo, antes de salir a la calle, asegúrese de priorizar la seguridad.

- Use un casco para bicicletas que le quede bien. Un casco no evita accidentes, pero sí le brinda protección a su rostro, su cabeza y el cerebro si se cae.
- Hágase visible usando ropa de colores fuertes y colocándole reflectores a la bicicleta. Andar en bicicleta durante el día es lo más seguro. Evite andar en bicicleta al atardecer y a la noche.
- Asegúrese de que nada de lo que lleva puesto se quedará atascado en la cadena de la bicicleta, por ejemplo, puños de los pantalones, lazos o cordones.
- Evite usar auriculares. La música puede distraerlo de ruidos a su alrededor, tal como un auto.
- Se les debe decir a los niños por dónde andar, por ejemplo, por la vereda o la calle. Se les debe decir hasta dónde pueden andar.
- Independientemente del lugar por donde esté andando, siempre manténgase alejado de los autos. Si la hay, una bicisenda sin autos es un excelente lugar para andar en bicicleta.
- Esté atento al camino por delante para estar preparado en caso de obstáculos, como colinas, hojas mojadas, grava, bordillos o las personas en el camino.
- En muchas áreas, las bicicletas deben respetar las mismas normas viales del tráfico rodado. Familiarícese como las normas viales del área por la que anda en bicicleta.

Para obtener más información sobre la seguridad vial, visite **www.nhtsa.gov** o **www.nsc.org/pages/home.aspx** y busque “bike safety” (seguridad al andar en bicicleta).

Línea para dejar de fumar Ohio Tobacco Quit Line

A partir del 1 de julio de 2016, todos los miembros de Medicaid tienen acceso a la línea para dejar de fumar Ohio Tobacco Quit Line. Si necesita más información que lo ayude a dejar el tabaco, visite el Programa de Prevención del Tabaquismo y para Dejar de Fumar del Departamento de Salud de Ohio en línea en **www.odh.ohio.gov/odhprograms/eh/quitnow/Tobacco/Resources/odhresources.aspx** o llame al **1-800-QUIT-NOW**.



Dele un buen comienzo a su bebé

Nos preocupamos por usted y su bebé recién nacido. ¿Está usted embarazada? ¿Acaba de tener un bebé? El programa Start Smart for Your Baby® es para usted. Las miembros de Buckeye que estén embarazadas o aquellas que recientemente tuvieron un bebé deben contactarse con Buckeye Health Plan al **1-866-246-4358** o visitar **www.buckeyehealthplan.com/members/medicaid/resources/women-and-childrens-health.html** para obtener información sobre el programa.

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

1-866-246-4358
(TTY 1-800-750-0750)
www.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. © 2017. 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-062317 La información acerca de la Descripción del Programa para el Mejoramiento de la Calidad de Buckeye 2017 se encuentra disponible para revisión a petición.

¡Coma bien, viva bien!

El costo de las frutas y verduras frescas puede ser elevado para supresupuesto.

Los bancos de alimentos son un excelente lugar para ayudarlo a obtener frutas y verduras a precios ínfimos, o incluso gratuitos. Los bancos de alimentos que se mencionan a continuación ofrecen opciones saludables para usted y su familia.

Estos bancos de alimentos trabajan con Feeding America. Esta red nacional de bancos de alimentos participantes ayuda a nuestro país en la lucha para combatir el hambre. Feeding America es la organización de asistencia alimentaria nacional más grande del país, que no es dirigida por el gobierno. Obtenga más información en www.feedingamerica.org.

Encuentre su banco de alimentos local

Solo llame al banco de alimentos que presta servicios en su condado a los números que figuran abajo. Lo ayudarán a encontrar el banco de alimentos más cercano.

Banco de alimentos	Teléfono	Condados a los que presta servicios
Akron-Canton Regional Foodbank	1-330-535-6900	Carroll, Holmes, Medina, Portage, Stark, Summit, Tuscarawas, Wayne
Freestore Foodbank	1-513-482-4500	Adams, Brown, Clermont, Clinton, Hamilton, Highland, Pike, Scioto
Greater Cleveland Food Bank	1-216-738-2265	Ashland, Ashtabula, Cuyahoga, Geauga, Lake, Richland
The Foodbank	1-937-461-0265	Greene, Montgomery, Preble
Shared Harvest Foodbank	1-513-874-0114	Butler, Darke, Miami, Preble, Warren
Mid-Ohio Foodbank	1-614-274-7770	Belmont, Coshocton, Delaware, Fairfield, Fayette, Franklin, Guernsey, Harrison, Jefferson, Knox, Licking, Madison, Marion, Monroe, Morrow, Muskingum, Noble, Pickaway, Ross, Union
West Ohio Food Bank	1-419-222-7946	Allen, Auglaize, Hancock, Hardin, Mercer, Paulding, Putnam, Seneca, Shelby, Van Wert, Wyandot
SE Ohio Foodbank	1-740-385-6813	Athens, Gallia, Hocking, Jackson, Lawrence, Meigs, Morgan, Perry, Vinton, Washington
Second Harvest Food Bank of North Central Ohio	1-440-960-2265	Crawford, Erie, Huron, Lorain
Second Harvest Foodbank of Clark, Champaign & Logan counties	1-937-325-8715	Champaign, Clark, Logan
Toledo NW Ohio Food Bank	1-419-242-5000	Defiance, Fulton, Henry, Lucas, Ottawa, Sandusky, Williams, Wood
Second Harvest Food Bank of the Mahoning Valley	1-330-792-5522	Columbiana, Mahoning, Trumbull
Facing Hunger Foodbank (WV)	1-304-523-6029	Lawrence



4349 Easton Way
Suite 400
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，我们可以为您免费提供语言援助服务。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) schwetzscht, kansch 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、無料での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 नि:शुल्क उपलब्ध छन्।
फोन गर्नुहोस् 1-866-246-4358 (TTY: 711).