



En Esta Edición

Acerca de su Plan de Salud

Empoderamiento a Través de Recursos de Empleo

Creciendo Juntos: La Conexión Familiar

Conéctese

Volvieron las Renovaciones

¡Atención! Vigilancia de Cumplimiento

¿Qué es el "Vishing"?

Fraude, Uso Indebido y Abuso

Concientización Sobre la Salud Mental

Acérquese, Hable: Juntos Podemos Prevenir el Suicidio

Recursos para la Resiliencia: Atención Centrada en los Veteranos

Descubra el 988: Su Apoyo de Salud Mental

Construyendo Puentes hacia la Recuperación: Navegando por el Uso de Sustancias y la Salud Comportamental

Aquí para Usted: Servicios de Apoyo de Personas con Experiencia Viva

Esquina del Bienestar

Nutra sus Necesidades y Bienestar

Respondiendo a sus Preguntas Sobre Medicamentos Genéricos

¡Hay que Prevenir!

Las Pruebas de Detección Salvan Vidas: Esté Prevenida, Manténgase Saludable



Adquirir un Mayor Conocimiento

Queremos saber más sobre usted. Una de las formas en que aprendemos sobre usted es mediante la recopilación de datos. Estos datos nos ayudan a comprenderlo mejor a usted y a sus necesidades de salud. Ya recopilamos información sobre raza, etnia e idioma. A partir de este año, también le pediremos que comparta información sobre orientación sexual e identidad de género. Esperamos que comparta esta información, para que podamos brindarle atención médica y de calidad personalizada para sus necesidades.

Los datos no se utilizarán para:

- Falta en el servicio para cualquier persona.
- Interrupción en nuestra red.
- Necesidades de capacitación para nuestro personal y red.
- La necesidad de nuevos servicios.
- La necesidad de nuevos proveedores.

Los datos no se utilizarán para:

- Autorizar servicios.
- Denegar servicios.

Respetamos su privacidad. Protegeremos toda la información que obtengamos de usted. Su información solo se utilizará para el propósito indicado.

Acerca de su Plan de Salud

Empoderamiento a Través de Recursos de Empleo

¿Está pensando en el trabajo, pero necesita ayuda para empezar?

Las investigaciones demuestran que tener un trabajo puede ayudar a las personas a vivir mejor. Si no ha trabajado antes, no ha trabajado durante mucho tiempo o está recibiendo beneficios, estamos aquí para ayudarle.

Como miembro de Banner – University Family Care/ACC (B – UFC/ACC *por sus siglas en inglés*), los servicios de empleo están disponibles para usted como parte de su cobertura de atención médica.

Podemos ayudarle con

- Referencias a rehabilitación vocacional.
- Navegar sus beneficios.
- Llenar aplicaciones.
- Redacción de currículum vitae.
- Ensayos de entrevistas.
- Capacitación en habilidades.
- Preparación laboral.

Si tiene preguntas, por favor llame a nuestro Centro de Atención al Cliente al 800-582-8686, TTY 711. O visite [O bien, apriete aquí](#) para recursos de empleo.



Creciendo Juntos: La Conexión Familiar

¿Está embarazada o busca consejos para padres y otros recursos útiles? Permítanos ayudarle.

Visite www.BannerHealth.com/ACC-Newsletters para leer más sobre temas comunes del embarazo y la crianza de los hijos:

- “Conocimiento Temprano, Futuros Brillantes: Detección de Retrasos en el Desarrollo y Autismo”
- “Lo que Necesita Saber Acerca del Envenenamiento por Plomo”
- “Su Conexión con los Recursos Head Start Resources”
- “Un Embarazo Saludable Empieza con Usted”
- “Sonreír Acerca de la Salud Dental”
- “En sus Marcas, Listos...Vacúnate”
- “Servicios Basados en la Escuela”
- “¿Está Planeando Amamantar?”
- “WIC Arizona”

Nos Hemos Digitalizado

Su boletín informativo B – UFC/ACC está siempre disponible al alcance de su mano.



Escanee aquí

Conéctese

Queremos ayudarle a usted y su salud durante todo el año.

Conéctese con nosotros todo el tiempo en las redes sociales para obtener información y recursos que pueden mejorar su bienestar.



Banner Health Plans



Volvieron las Renovaciones

¿Cómo puedo saber que necesito renovar?

Asegúrese de que su información de contacto está actualizada. Esto incluye su dirección postal, número telefónico y dirección de correo electrónico. Usted puede actualizar su información de contacto entrando a www.healtharizonaplus.gov.

O puede llamar a Health-e-Arizona Plus al 855-432-7587, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m..

Recibirá una carta de renovación en el correo. La carta le dirá si ha sido automáticamente renovado, cancelado o si necesita responder con más información. Si se le pide que responda, por favor hágalo cuanto antes.

¿Qué pasa si pierdo la fecha de mi renovación?

Si pierde su fecha de renovación, es posible que sus beneficios hayan terminado. Por eso es importante que haga su renovación lo antes posible.

Necesito ayuda para renovar.

Uno de nuestros asistentes comunitarios puede ayudarle a mandar la aplicación de su renovación.

Visite www.BannerHealth.com/ACC-TimetoRenew para ver una lista de asistentes comunitarios cerca de usted.



¿Qué es el "Vishing"?

El vishing es cuando alguien intenta obtener información de usted por teléfono. La persona que llama finge ser de una empresa real. Incluso pueden usar un número de teléfono que parezca ser de la empresa real, pero no lo es. Este número falso incluso aparece en un identificador de llamadas.

Estas personas que llaman a menudo dan información incorrecta. Al hacer esto, es posible que usted desee darles la información correcta y esto ayuda a que lo estafen. Por ejemplo, pueden darle una dirección de correo electrónico incorrecta.

Evite ser víctima de fraude. Puede hacer lo siguiente:

- Nunca proporcione nombres de usuario o contraseñas.
- Nunca proporcione su tarjeta de crédito o información bancaria.
- Nunca proporcione su número de seguro social.
- Nunca haga clic en un enlace al que puedan enviarle un mensaje de texto. Puede ser un sitio falso.
- Siempre llame a la compañía para averiguar si es real.



Vigilancia de Cumplimiento

Fraude, Uso Indebido y Abuso

Los casos de sospecha de FWA se notificarán a la Oficina del Inspector General de AHCCCS directamente en:

Fraude de Proveedores

Para denunciar una sospecha de fraude por parte de un proveedor médico, llame al siguiente número:

- En Arizona: 602-417-4045
- Solo fuera de Arizona: 888-487-6686 or (ITS-NOT-OK)
- O bien accediendo al sitio web de AHCCCS directamente en: www.azahcccs.gov/Fraud/ReportFraud/

Fraude de Miembros

Para denunciar una sospecha de fraude por parte de un miembro de AHCCCS, llame al siguiente número:

- En Arizona: 602-417-4193
- Solo fuera de Arizona: 888-487-6686 or (ITS-NOT-OK)
- O bien accediendo al sitio web de AHCCCS directamente en: www.azahcccs.gov/Fraud/ReportFraud/

Preguntas

Si tiene preguntas sobre el fraude de AHCCCS, el abuso del programa o el abuso de un miembro, comuníquese con la OIG de AHCCCS.

- Correo Electrónico: AHCCCSFraud@azahcccs.gov

Si conoce problemas de Fraude, Uso Indebido y Abuso (FWA, por sus siglas en inglés) o incumplimiento, comuníquese con B – UFC/ACC en cualquiera de los siguientes:



Centro de Atención al Cliente

800-582-8686, TTY 711

Oficial de Cumplimiento de Medicaid

520-548-7862



Fax

520-874-7072



Correo Electrónico

BHPCompliance@bannerhealth.com



Correo

Banner – University Family Care/ACC
Compliance Department
5255 E Williams Circle, Suite 2050
Tucson, AZ 85711



Línea Directa de Cumplimiento Confidencial y Anónima (ComplyLine)

888-747-7989



Concientización Sobre la Salud Mental

Acérquese, Hable: Juntos Podemos Prevenir el Suicidio

Hay momentos en que las personas que nos importan pueden sentirse deprimidas o abrumadas. Podemos ayudarnos mutuamente cuando la vida se pone difícil conociendo técnicas esenciales de prevención.

Una forma de ayudar es mediante el uso de un enfoque basado en las fortalezas. Esto significa enfocarse en lo bueno de la vida y ayudar a una persona a ver sus fortalezas. Al mostrar amor y apoyo, podemos ayudarnos unos a otros en tiempos difíciles.

Si alguien que conoce se siente deprimido y necesita a alguien con quien hablar, hay un número de teléfono especial llamado Warm Line. Llame o envíe un mensaje de texto a Warm Line para hablar con alguien que escuche y ofrezca apoyo. A veces, hablar puede ayudar a alguien a sentirse mejor y menos solo.

También es importante reconocer las señales de que alguien podría estar pensando en hacerse daño. Los signos incluyen sentirse desesperanzado, triste todo el tiempo o alejarse de amigos y familiares. Si nota estas señales, es crucial que se ponga en contacto con ellos y les haga saber que está ahí para ellos.

En una crisis, puede llamar, enviar un mensaje de texto o chatear a la línea de prevención del suicidio y crisis 988 para:

- Conectarse con consejeros de crisis capacitados que puedan ayudarlo.
- Solicite un equipo móvil de consejeros de crisis capacitados para responder en persona para obtener ayuda adicional si es necesario.
- Conéctese con una línea directa con Warm Line y recursos adicionales en su área, incluidas referencias a centros de tratamiento por abuso de sustancias o instalaciones de estabilización de crisis.
- Si alguien no puede hablar o escribir recursos, los operadores del 988 pueden brindar servicios por mensaje de texto, chat y videollamadas ASL para personas con discapacidad auditiva o con problemas de audición. Los servicios de crisis también están disponibles en español y hay servicios de traducción adicionales disponibles para otros idiomas.

Conéctese con 988 a través de mensajes de texto o chat.

En los casos de uso de sustancias, es esencial saber que a veces, cuando las personas usan sustancias, pueden ser más propensas a tener pensamientos suicidas. Si alguien está luchando contra el uso de sustancias, la desintoxicación podría ser una opción para ayudar a mantenerlo a salvo.

Recuerde, estamos todos juntos en esto. Al apoyarnos mutuamente y saber dónde encontrar ayuda, podemos ser solidarios y salvar vidas.



Recursos para la Resiliencia: Atención Centrada en los Veteranos

B – UFC/ACC y nuestra red de proveedores están comprometidos a asegurarse de que nuestros veteranos, miembros del servicio militar y sus familias reciban la más alta calidad de atención médica y una conexión oportuna con los servicios, apoyos y recursos comunitarios.

Además, BeConnected es un proveedor de recursos comunitarios en todo el estado para nuestros veteranos de Arizona, miembros del servicio militar y sus familias.

Si usted es un veterano, miembro del servicio militar o familiar, puede conectarse con BeConnected llamando a su línea de apoyo al 866-429-8387. Trabjará con una persona con experiencia vivida.

El equipo de BeConnected lo pondrá en contacto con los recursos que mejor se adapten a sus necesidades. Si usted es un veterano, un miembro del servicio militar o familiar, el equipo de BeConnected está ahí para ayudarlo.

Para obtener más información, visite www.beconnectedaz.org. O bien llame a nuestro Centro de Atención al Cliente al 800-582-8686, TTY 711.

Concientización Sobre la Salud Mental

Descubra el 988: Su Apoyo de Salud Mental

Lo que debe saber sobre el número de emergencia de salud mental.

¿Ya ha tratado el 988? Si tiene la oportunidad, hágalo. Llame al 988 si tiene problemas de salud mental o uso de sustancias, incluso solo para ver qué ayuda está disponible. El 988 incluso ofrece ayuda especial para jóvenes de la comunidad LGBTQIA+ menores de 25 años.

Este número lo enlaza con el apoyo local. Incluso si no está seguro, está bien llamar. Recuerde, su vida importa. En caso de emergencia, llame al 911. Si no está seguro de llamar a una línea de crisis, también puede llamar a la línea de ayuda para obtener ayuda.

[continúe leyendo aquí](#)

Construyendo Puentes hacia la Recuperación: Navegando por el Uso de Sustancias y la Salud Comportamental

B-UFC/ACC tiene contratos con proveedores e instalaciones de salud comportamental. Esto es para ayudarle con problemas de salud emocional o comportamental. Puede obtener servicios de salud comportamental a través de B-UFC/ACC o a través de un proveedor contratado de la red. Es posible que haya servicios adicionales disponibles a través de la Autoridad Regional de Salud Conductual (RBHA, *por sus siglas en inglés*) en su área. Esto incluye los servicios que no son del Título XIX/XXI y los servicios proporcionados a través de las Subvenciones en Bloque para la Salud Mental (MHBG, *por sus siglas en inglés*). Se puede tener acceso a estos servicios comunicándose directamente con la RBHA o llamando a nuestro Centro de Atención al Cliente al 800-582-8686, TTY 711.

Servicios no incluidos en el Título XIX/XXI

- Apoyo de vivienda (*según los fondos disponibles*).
- Acupuntura auricular (*según los fondos disponibles*).
- Cuidado infantil para población especializada: uso de sustancias y trastorno por consumo de opioides (*según haya fondos disponibles*).
- Salud mental y sanación tradicional (*otros fondos para circunstancias especiales según los fondos disponibles*).

Junta Regional de Salud Comportamental

Condado Maricopa: Mercy Care 800-624-3879

Condados del Sur: Arizona Complete Health 888-788-4408

Subvención en Bloque para el Abuso de Sustancias

La Subvención en Bloque para el Uso de Sustancias (SUBG, *por sus siglas en inglés*) es una subvención federal financiada por la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, *por sus siglas en inglés*). Está disponible para proporcionar servicios de tratamiento por consumo de sustancias a adultos y jóvenes sin seguro o con seguro insuficiente con un trastorno por consumo de sustancias. La Junta Regional de Salud Comportamental obtiene los fondos y los administra para garantizar el acceso a los servicios de salud comportamental cubiertos.

Las poblaciones prioritarias tienen acceso a estos servicios:

- Mujeres embarazadas y adolescentes que usan drogas inyectables.
- Mujeres embarazadas y adolescentes que usan sustancias.
- Otras personas que usan drogas por inyección.
- Mujeres y adolescentes que consumen sustancias con niños dependientes y sus familias, incluidas las mujeres que intentan recuperar la custodia de sus hijos.
- Todas las demás personas (*según los fondos disponibles*) con un trastorno por consumo de sustancias (SUD, *por sus siglas en inglés*), independientemente de su sexo o vía de consumo.

Si tiene problemas de uso o abuso de sustancias, es importante obtener ayuda lo antes posible.



Concientización Sobre la Salud Mental

viene de "Descubra el 988: Su Apoyo de Salud Mental"

Líneas para Situaciones de Crisis

Línea de Crisis del Estado de Arizona

Teléfono: 844-534-HOPE (4673)

Mensaje de Texto: 4HOPE (44673)

Chat: crisis.solari-inc.org/start-a-chat

Línea Directa Nacional de Crisis las 24 Horas

Marcar 988 o el 800-273-8255

Línea de texto de crisis nacional:

Mensaje de Texto "HOME" al 741741

Teen Lifeline

Llame o envíe un mensaje de texto:

602-248-TEEN (8336)

Veteranos

Línea de Crisis para Veteranos:

Marcar 988 (*Presione el número 1*)

BeConnected: 1-866-4AZ-VETS

(429-8387)

Líneas Directas para Prevención del Suicidio y Crisis Tribales del Condado

Condado

Apache, Cochise, Graham, Greenlee, La Paz, Pima, Santa Cruz y Yuma

866-495-6735

Coconino, Mohave, Navajo y Yavapai

877-756-4090

Gila, Maricopa y Pinal

800-631-1314

Comunidad Tribal

Ak-Chin Indian Community y

Gila River Indian Community

800-259-3449

Salt River Pima-Maricopa

Indian Community

855-331-6432

Tohono O'odham Nation

844-423-8759

Aquí para Usted: Servicios de Apoyo de Personas con Experiencia Viva

El apoyo de personas con experiencia viva le sirve en su viaje de atención médica. Estos servicios son una parte clave de los servicios orientados a la recuperación. Las personas que reciben servicios de apoyo de personas con experiencia viva muestran una mejor calidad de vida y salud en general.

Los servicios de apoyo de personas con experiencia viva se están expandiendo rápidamente. Los especialistas en recuperación y apoyo de personas con experiencia viva se pueden encontrar en los siguientes entornos de atención médica:

- Organizaciones dirigidas por personas con experiencia viva
- Atención médica de los veteranos
- Entornos de tratamiento por uso de sustancias en la comunidad y en pacientes hospitalizados
- Clínicas y hospitales de salud comportamental
- Entornos de atención médica transitoria
- Centros de estabilización de crisis
- Salas de emergencia en un hospital
- Agencias de bienestar infantil
- Albergues
- Consultorios de atención primaria
- Centros de salud comunitarios
- Programas de reducción de daños
- Entornos de justicia penal

Con B – UFC/ACC, puede recibir servicios de apoyo de personas con experiencia viva y puede elegir dónde obtenerlos. El lugar donde recibe los servicios es único para usted. Hay muchos caminos hacia la recuperación. No hay puerta equivocada. Solo dé el primer paso para que pueda comenzar y no se rinda.

continúe leyendo aquí



Concientización Sobre la Salud Mental

viene de "Aquí para Usted: Servicios de Apoyo de Persona con Experiencia Viva"

Para obtener más información sobre el apoyo de personas con experiencia vivida en Arizona, consulte esta hoja de preguntas frecuentes de la Oficina de Asuntos Individuales y Familiares (OIFA, por sus siglas en inglés) de AHCCCS: www.azahcccs.gov/AHCCCS/Downloads/OIFA/PeerSupportFAQ.pdf

Si tiene preguntas adicionales, comuníquese con el equipo B – UFC/ACC OIFA en oifateam@bannerhealth.com.

Puede obtener más información sobre los servicios de apoyo de personas con experiencia vivida en la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMSHA, por sus siglas en inglés) y Mental Health America:

General

www.samhsa.gov/sites/default/files/programs_campaigns/brss_tac/peer-support-2017.pdf

Salud Mental

www.samhsa.gov/sites/default/files/programs_campaigns/brss_tac/peers-supporting-recovery-mental-health-conditions-2017.pdf

Uso de Sustancias

www.samhsa.gov/sites/default/files/programs_campaigns/brss_tac/peers-supporting-recovery-substance-use-disorders-2017.pdf

Veteranos

www.samhsa.gov/blog/recognizing-role-peers-recovery-veterans

Atención Durante una Crisis

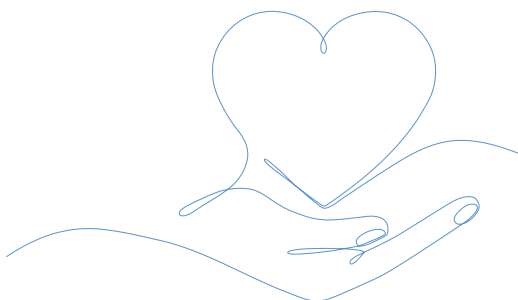
store.samhsa.gov/sites/default/files/pep22-06-04-001.pdf

Entornos de Justicia Penal

www.cdcr.ca.gov/ccjbh/wp-content/uploads/sites/172/2019/06/WebinarSupportingDocument_PeerRolesinCJSettings508.pdf

Peer Support Across Settings

mhanational.org/center-peer-support



Esquina del Bienestar



Nutra sus Necesidades y Bienestar

El cuidado de la salud está llenode palabras de moda. Es posible que haya escuchado los términos "Determinantes Sociales de la Salud" o "Necesidades Sociales Relacionadas con la Salud". Pero ¿qué significa eso? Estos términos se refieren a factores que afectan su capacidad para llevar un estilo de vida saludable.

Estos son algunos ejemplos:

- Vivienda
- Empleo
- Comida
- Necesidades básicas, como bañarse o lavar ropa
- Soledad o aislamiento

Tal vez no sepa dónde va a dormir esta noche o cuándo será su próxima comida. Ir a una consulta con el doctor puede parecer imposible. Lo entendemos, y B – UFC/ACC apoya programas que le ayudan a satisfacer sus necesidades médicas. Para obtener más información, visite: www.BannerHealth.com/ACC-CommunityReinvestment



Para más información sobre su plan de salud escanee el código QR para tener acceso al **Portal MyBanner Care**.



Respondiendo a sus Preguntas Sobre Medicamentos Genéricos

¿Qué son los medicamentos genéricos?

Un medicamento genérico es una copia de un medicamento de marca que ha estado en el mercado. Los medicamentos genéricos son iguales a los medicamentos de marca en cuanto a la forma de dosis, la seguridad, la concentración, la calidad, la forma en que se toman, para qué se usan y cómo funcionan. Un medicamento genérico funciona de la misma manera y proporciona el mismo beneficio que el medicamento de marca. Tenga en cuenta que los medicamentos genéricos también tienen los mismos efectos secundarios potenciales que un medicamento de marca.

¿Los medicamentos genéricos están aprobados por la FDA?

Sí, la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, *por sus siglas en inglés*) debe aprobar un medicamento genérico antes de que pueda venderse. Una compañía que fabrica un medicamento genérico debe demostrar a la FDA que su medicamento tiene el mismo ingrediente activo, calidad, concentración, pureza y estabilidad que el mismo producto de marca.

Mi proveedor me recetó un medicamento de marca, entonces, ¿por qué mi farmacia me dio un genérico?

La ley del estado de Arizona permite que una farmacia dispense un medicamento genérico aprobado por la FDA, si está disponible, incluso si el proveedor recetó un medicamento de marca. Además, AHCCCS prefiere cubrir los medicamentos genéricos aprobados por la FDA cuando estén disponibles. Pueden aplicarse algunas excepciones.

¿Por qué los medicamentos genéricos y de marca se ven diferentes?

No se permite que los medicamentos genéricos se vean exactamente como el medicamento de marca. Esto se debe a las leyes de marcas registradas en los Estados Unidos. Los medicamentos genéricos deben seguir teniendo los mismos ingredientes activos que hacen que el medicamento funcione. Los ingredientes inactivos, como los colores y los sabores o la forma, pueden ser diferentes. Para obtener más información, llame a nuestro Centro de Atención al Cliente al 800-582-8686, TTY 711.

Recursos Adicionales

Encuentre una Farmacia: www.BannerHealth.com/ACC-Find-A-Pharmacy. Averigüe qué medicamentos están cubiertos y qué medicamentos necesitan primero la aprobación de su plan: www.BannerHealth.com/ACC-Formulary.



ATTENTION: If you speak English, language assistance services are available at no cost to you. ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電。 B – UFC/ACC 800-582-8686, TTY 711.

Los servicios contractuales están financiados bajo un contrato con el Estado de Arizona. MK-ACC.5010.CYE24_SPA

Las Pruebas de Detección Salvan Vidas: Esté Prevenida, Manténgase Saludable

¿Qué es una mamografía?

Una mamografía es una imagen de rayos X de los senos. Las mamografías detectan el cáncer de seno, y la detección temprana es la mejor prevención.

¿Por qué debo hacerme una mamografía?

La idea de obtener una mamografía puede ser intimidante. Hay algunas razones importantes para obtener esta prueba de cáncer.

- El cáncer de seno es el más común en las mujeres en EE.UU.
- Las mamografías pueden detectar el cáncer de seno antes de que una mujer presente síntomas.
- 75% de las mujeres con cáncer de seno no tienen un historial familiar.
- Las mamografías son la mejor manera de detectar el cáncer de seno antes de tiempo.
- El tratamiento es más fácil y positivo cuando se detecta temprano.
- La baja actividad física, tener sobrepeso, fumar y tomar alcohol, incrementa el riesgo de cáncer de mama.
- Las mamografías toman solo 20 minutos.

¿Cuándo debe de obtener una mamografía?

- La recomendación es de 40 a 74 años.
- A cualquier edad si es médicamente necesario.

Las mamografías están cubiertas por B – UFC/ACC. Pregúntele a su PCP si es momento de obtener una prueba. Si necesita encontrar un proveedor, por favor llame a nuestro Centro de Atención al Cliente al 800-582-8686, TTY 711.