



En Esta Edición

Acerca de su Plan de Salud

Actualice su Dirección Antes de Mudarse

Conéctese

Creciendo Juntos:
La Conexión Familiar

Un Asistente Comunitario

Vigilancia de Cumplimiento

Protéjase de las Estafas del Mercado de Salud

Fraude, Uso Indevido y Abuso

Esquina Cultural

Acercando y Transformando su Atención Médica

Empleo para Jóvenes en Edad de Transición

¡Banner lo Respalda!

Concientización sobre la Salud Mental

Abriendo las Puertas a una Vivienda Estable

Poniendo Fin a la Violencia de Género

Su Vida es Importante

Apoyo Real de Personas Reales

Construyendo Puentes Hacia la Recuperación

Cómo Apoyar a un Amigo Necesitado

Esquina del Bienestar

Medicamentos Recetados Asequibles, Mejor Salud

Mejorando Juntos

¡Hay que Prevenir!

Chequeo de Bienestar: Prueba de Detección de Cáncer Colorrectal

Proteger las Sonrisas para una Mejor Salud



Invertimos en Usted

Como organización local sin fines de lucro, estamos profundamente arraigados en las comunidades a las que servimos. Es por eso que le retribuimos a través de nuestro programa de Reinversión Comunitaria.



Nuestras Raíces
Nuestra Comunidad

Desde el 2020, Banner – University Family Care ha financiado más de 200 programas y ha otorgado más de \$22 millones. Cada año, recibimos más de 100 solicitudes de aliados comunitarios que buscan financiar sus programas. Los fondos se otorgan en función de qué tan bien el programa sirve a nuestros miembros e impacta a nuestra comunidad.

Nos enfocamos en reducir la falta de atención médica y promover la equidad en salud. Se da prioridad a los programas que atienden a poblaciones específicas:

- Nativos Americanos
- Jóvenes en edad de transición
- Salud materno-infantil
- Personas que participan en la justicia
- Adultos mayores

Queremos mantenerlo en el centro de todo lo que hacemos.

Para más información:

www.BannerHealth.com/ACC-CommunityReinvestment.

Acerca de su Plan de Salud

Actualice su Dirección Antes de Mudarse

No deje que su correo se vaya a la aventura sin usted. Actualice su dirección antes de mudarse. Utilizamos su dirección para enviarle información importante por correo. Antes de mudarse, llame a nuestro Centro de Atención al Cliente para actualizar su dirección.

También debe notificar lo siguiente:

- Proveedor de atención primaria y otros proveedores
- La oficina del Seguro Social (SSI, *por sus siglas en inglés*) si usted está recibiendo beneficios de SSI
- KidsCare y DES (*comuníquese con Health-e-Arizona PLUS*)

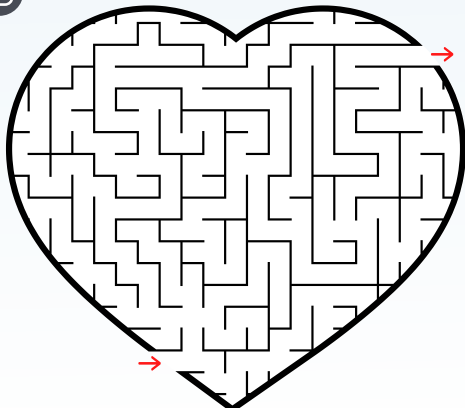
Puede ponerse en contacto con nuestro Centro de Atención al Cliente al 800-582-8686, TTY 711 y Health-e-Arizona PLUS al 855-432-7587 (855-HEA-PLUS). O puede crear una cuenta en www.healtharizonaplus.gov.

Conéctese

Queremos ayudarle a usted y a su salud durante todo el año. Manténgase conectado con nosotros en las redes sociales para obtener información y recursos que pueden mejorar su bienestar.

Síganos

@ Banner Health Plans

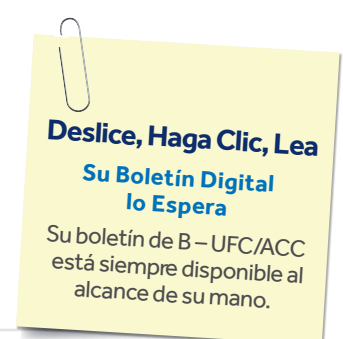


Creciendo Juntos: La Conexión Familiar

(Growing Together: The Parenting Connection, *por su título en inglés*) ¿Está embarazada o busca consejos para padres y otros recursos útiles? Permítanos ayudarle.

Visite www.BannerHealth.com/ACC-Newsletters para leer más acerca de temas comunes sobre el embarazo y la crianza de niños:

- Un Embarazo Saludable Comienza con Usted
- WIC Arizona
- Apoyo más allá del Nacimiento
- Nutra con Amor, Alimente con Confianza
- Sepa Cuándo Obtener Ayuda
- Chequeos para Niños, Futuros Positivos
- Vacunas: El Mejor Material Escolar
- Ayuda a los Pequeños Pulmones a Respirar Fácilmente
- Una Vida Segura sin Plomo Comienza en Casa
- La Ventaja de Head Start
- Su Comunidad, Sus Recursos
- ¡Y Más!



Un Asistente Comunitario

La mano que le ayuda

¿Necesita ayuda para renovar o solicitar AHCCCS? Podemos ayudar.

Como Asistente Comunitario aprobado por AHCCCS, podemos:

- Ayudarle a solicitar o renovar sus beneficios de AHCCCS.
- Verificar el estado de su solicitud y guiarlo en los siguientes pasos.
- Ayudar con la recopilación y presentación de los documentos requeridos.
- Acelerar las solicitudes para aquellos que están hospitalizados.
- Presentar una apelación si su solicitud es denegada.
- Informar cambios como la dirección, los ingresos o las actualizaciones del hogar.
- ¡Y más!

Llame a nuestro Centro de Atención al Cliente al 800-582-8686, TTY 711 y pregunte por un Asistente Comunitario de Banner – University Family Care/ACC (B – UFC/ACC).

Visite www.BannerHealth.com/acc-timetorenew para conectarse con uno de nuestros asistentes de B – UFC/ACC.



Protéjase de las Estafas del Mercado de Seguros Médicos

El Mercado de Seguros Médicos ha visto un aumento en la actividad sospechosa por parte de algunos agentes y brókers. Esto significa que las personas se inscriben en planes de salud sin saberlo o se les cambia a un nuevo plan sin permiso.

Cómo mantenerse seguro

- Los agentes autorizados y brókers deben pedirle permiso antes de inscribirlo o realizar cambios.
- Tenga cuidado con los anuncios de seguros de salud, especialmente en las redes sociales. Si ofrecen dinero en efectivo, regalos o recompensas, podrían ser estafas. Nunca comparta información personal con personas en las que no confíe.
- Utilice fuentes confiables para obtener ayuda. Visite HealthCare.gov y haga clic en "Encuentre Ayuda Local" o llame al Centro de Atención al Cliente del Mercado de Seguros Médicos al 800-318-2596, TTY: 855-889-4325.

Qué hacer si algo parece estar mal

Si recibe correo, llamadas telefónicas o tiene problemas para usar su seguro médico, es posible que alguien haya cambiado su plan sin preguntarle. Llame al 800-318-2596, TTY: 855-889-4325 de inmediato para obtener ayuda.

Cómo puede ayudarle el Mercado de Seguros Médicos

- Cancelar planes de salud en los que no se inscribió
- Regresarle al plan de salud que eligió
- Ayudarle a obtener reembolsos por cargos incorrectos
- Arreglar los formularios de impuestos si es necesario

Esté alerta y reporte cualquier actividad sospechosa. Si conoce problemas de Fraude, Uso Indebido y Abuso (FWA, *por sus siglas en inglés*) o incumplimiento, comuníquese con B – UFC/ACC de:

B – UFC/ACC

- ☎ Centro de Atención al Cliente: 800-582-8686, TTY 711
- ☎ Oficial de Cumplimiento: 520-548-7862
- 📠 Fax: 520-874-7072
- ✉ Correo Electrónico: BHPCompliance@bannerhealth.com
- ✉ Correo: Banner – University Family Care/ACC
Compliance Department
5255 E Williams Circle, Ste 2050
Tucson, AZ 85711

- ☎ **Línea Directa de Cumplimiento Confidencial y Anónima (ComplyLine): 888-747-7989**

Fraude, Uso Indebido y Abuso

Los casos de sospecha de FWA se notificarán a AHCCCS (OIG) 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-ITS-NOT-OK o bien 888-487-6686
- O bien, vaya 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-ITS-NOT-OK o bien 888-487-6686
- O bien vaya 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





Acercando y Transformando su Atención Médica

B – UFC/ACC siempre está trabajando para aprender más sobre usted y cómo podemos ayudarle mejor. Este año nos centramos en dos grupos: los jóvenes en edad de transición y las personas recién reasentadas. También iniciamos un grupo de trabajo para mejorar su capacidad de encontrar y comprender información y de tomar decisiones relacionadas con la salud para usted y para los demás.

Nuevo y mejorado

- Hemos añadido contenido en nuestro sitio web. Consulte www.bannerhealth.com/medicaid-heresources para más información.
- También encontrará:
 - » Herramientas para encontrar información de salud en línea.
 - » Herramientas para personas recién reasentadas.
 - » Grupos de enfoque para jóvenes en edad de transición.

Empleo para Jóvenes en Edad de Transición

¿Qué quería ser cuando era pequeño? Es una pregunta común, y hay una buena razón detrás de ella. Tener un trabajo es una gran parte de lo que somos y de cómo nos sentimos con nosotros mismos. Trabajar nos hace sentir bien y nos ayuda a conectar con las personas que nos rodean. Trabajar como joven también conduce a más éxito en el futuro.

Para los jóvenes y los adultos jóvenes, el trabajo también puede enseñarles sobre:

- Responsabilidad.
- Organización.
- Manejo del tiempo
- Buenos hábitos de trabajo.
- Administración del dinero.

Los adolescentes y adultos jóvenes pueden obtener ayuda de profesionales con habilidades de aprendizaje para:

- Buscar un trabajo.
- Mantener un empleo.
- Vivir de forma independiente.
- Hacer frente a los desafíos y cambios.

Si está interesado en conectarse con organizaciones que brindan este tipo de apoyo, consulte los recursos a continuación o comuníquese con healthplanemployment@bannerhealth.com.

Recursos

des.az.gov/services/employment/rehabilitation-services/vocational-rehabilitation/pre-employment-transition

Servicios de Empleo de B – UFC/ACC:

www.BannerHealth.com/ACC-Employment

www.BannerHealth.com/Plans-TAY

www.azahcccs.gov/AHCCCS/HealthcareAdvocacy/TransitionAgeYouth.html



Su Portal de B – UFC/ACC

Todo lo que necesita en un solo lugar

Inicie una sesión en su Portal de Miembros para administrar fácilmente su cuenta, incluida su tarjeta de identificación de miembro, documentos para miembros y más.

¡Banner lo Respalda!

B – UFC/ACC se enorgullece de apoyar a nuestros veteranos, miembros del servicio militar y sus familias a través de nuestra campaña Banner's Got Your 6! Proporcionamos recursos, asistencia y una fuerte conexión con la comunidad para ayudar a aquellas personas que han servido y a sus seres queridos.

Una gran parte de la campaña Banner's Got Your 6! es predicar con el ejemplo. Valoramos conectarnos con la comunidad y comprometernos con las personas que han servido y a sus familias.

Es por eso que participamos en el desfile del Día de los Veteranos. Nos divertimos mientras mostramos nuestro apoyo y aprecio por nuestros veteranos, miembros del servicio militar y sus familias. Creemos en honrar su sacrificio y crear una comunidad a través de la participación activa y la celebración. En 2023, B – UFC/ACC obtuvo el segundo lugar en el concurso de carrozas, y en 2024, obtuvimos el primer lugar.

El Día de los Veteranos se enfoca en celebrar a nuestros héroes vivos, todos los que han servido en las Fuerzas Armadas de los EE. UU., ya sea en tiempos de guerra o de paz. No es solo un día festivo. Es un sentido homenaje a quienes han dado tanto por nuestro país. Las comunidades se unen para expresar su gratitud. Estas celebraciones dan un sentido de unidad y orgullo, recordándonos la fuerza y la determinación de nuestros veteranos.

B – UFC/ACC lo anima a seguir honrando, apoyando y abogando por nuestros veteranos, no solo en el Día de los Veteranos, sino todos los días. A veces, el mejor apoyo que puede ofrecer a un veterano es la conexión.

¡Juntos, Banner lo respalda!

Para tener acceso a nuestra lista de recursos, vaya a www.BannerHealth.com/ACC-MilitaryVeterans.



Abriendo las Puertas a una Vivienda Estable

El Programa de Oportunidades de Vivienda y Salud (H2O, *por sus siglas en inglés*) de AHCCCS ayuda a los miembros de Medicaid que tienen una enfermedad mental grave y que se encuentran sin hogar o luchan por mantener una vivienda estable. Para calificar, los miembros también deben tener una condición de salud crónica o haber estado involucrados con el sistema de justicia en los últimos 90 días. El programa proporciona apoyo para la vivienda y de servicios para aquellos que son elegibles.

El Programa H2O proporciona los siguientes servicios si es elegible:

- Asistencia de vivienda transitoria y asistencia para el alquiler por hasta seis meses
- Ayuda con los costos de mudanza, facturas de servicios públicos vencidas y depósitos de seguridad
- Modificaciones en el hogar para necesidades médicas
- Servicios de apoyo en la búsqueda y mantenimiento de la vivienda
- Divulgación y educación para ayudar con la participación de los miembros y la conexión con otros programas de beneficios.

B – UFC/ACC se compromete a ayudar a los miembros elegibles de H2O a recibir servicios de H2O cubiertos a través de la red contratada de proveedores de H2O a través de Solari Inc. También ayudamos a coordinar la atención médica entre los proveedores de H2O y los equipos de salud comportamental de los miembros. Cada miembro elegible tendrá una persona de contacto designada para asegurarse de que reciba apoyo oportuno y atención médica de calidad.

Obtenga más información

AHCCCS: www.azahcccs.gov/Resources/Federal/HousingWaiverRequest.html

Solari Inc.: community.solari-inc.org/h2o/

Concientización sobre la Salud Mental

Buscando ayuda

Hay varias líneas telefónicas directas nacionales disponibles para abordar las diferentes formas de violencia de género.

Violencia sexual

Línea Directa Nacional Contra la Agresión Sexual

📞 800-656-4673

🌐 www.rainn.org/resources

Línea de Ayuda Segura Contra la Agresión Sexual - Departamento de Defensa (DOD)

📞 877-995-5247

🌐 www.safehelpline.org

Violencia doméstica

Línea Directa Nacional Contra la Violencia Doméstica

📞 800-799-SAFE

TTY: 800-787-3224

Envíe un texto: "START" al 88788

🌐 www.thehotline.org

Línea Directa Nacional Contra el Abuso en el Noviazgo Adolescente

📞 866-331-9474

Envíe un texto: 22522

🌐 www.loveisrespect.org

StrongHearts Native Helpline

📞 844-762-8483

🌐 www.strongheartshelpline.org

Acoso

Línea Directa Nacional Contra la Violencia Doméstica

📞 800-799-SAFE

TTY: 800-787-3224

🌐 www.thehotline.org

Trata de Personas

Línea Directa Nacional Contra la Trata de Personas

📞 888-373-7888

Envíe un texto: 233733

🌐 www.humantraffickinghotline.org

Poniendo Fin a la Violencia de Género

A menudo no se habla ni se entiende la violencia de género. Según el Plan Nacional de Estados Unidos para Poner Fin a la Violencia de Género de 2023, más de la mitad de las mujeres (54.3%) y un tercio de los hombres (31%) denunciaron violencia de género, ya sea en forma de violencia sexual, de pareja (*violencia doméstica*), acoso y otras formas de control coercitivo con violencia. Las personas que sufren violencia de género y las que son sobrevivientes de violencia de género experimentan un mayor riesgo de depresión, ansiedad, trastornos por abuso de sustancias, trastorno de estrés posttraumático e intentos de suicidio. Cualquier persona puede correr el riesgo de ser víctima de violencia de género.

Debido a que cualquier persona puede estar en riesgo de sufrir violencia de género, es importante conocer los recursos y cómo asociarse con agencias que se especializan en violencia de género dentro de Arizona.

Fuente: The White House. U.S. National Plan to End Gender-Based Violence: Strategies for Action. May 2023.

Su Vida es Importante

No está solo, y pedir ayuda es un signo de fortaleza. No dude en levantar el teléfono y marcar el 988. Puede ser el primer paso hacia la curación y encontrar el apoyo que necesita. Merece sentirse mejor y tener apoyo en su viaje.

Arizona tiene una red de servicios de crisis disponible para cualquier persona en Arizona. Las líneas telefónicas están abiertas las 24 horas del día, los 365 días del año.



Concientización sobre la Salud Mental

Apoyo Real de Personas Reales

Servicios de Apoyo de Personas con Experiencia Viva y Apoyo Familiar

¿Sabía que los familiares de los miembros de AHCCCS pueden recibir un servicio de salud comportamental de apoyo conocido como Servicios de Apoyo para Padres/Familias?

¿Y sabía que los miembros de AHCCCS que navegan por el sistema de salud comportamental pueden obtener servicios de apoyo de personas con experiencia viva de alguien que también ha navegado por el sistema de salud comportamental?

Apoyo Familiar

El Apoyo a los Padres/Familias es un servicio cubierto disponible para los cuidadores primarios de niños elegibles para AHCCCS y apoyos naturales de adultos elegibles para AHCCCS. Estos servicios de apoyo pueden ayudar a las personas a comprender y defender los derechos de sus seres queridos, obtener una mejor comprensión de los trastornos de salud comportamental y aprender a navegar por el sistema de salud pública.

La información sobre el apoyo familiar se puede encontrar en www.azahcccs.gov/AHCCCS/HealthcareAdvocacy/OIFA/familysupport.html

Apoyo de Personas con Experiencia Viva

El apoyo entre personas con experiencia viva es un servicio disponible para los miembros de AHCCCS que pueden beneficiarse del apoyo no clínico e inclusivo de alguien que ha recorrido el camino de la recuperación.

Los Especialistas en Apoyo a la Recuperación y a las Personas con Experiencia Viva (PRSS, *por sus siglas en inglés*) comprenden los desafíos de la recuperación de la salud comportamental y utilizan su experiencia viva para ayudar a las personas a las que sirven a identificar y desarrollar sus fortalezas, al tiempo que las apoyan en el logro de metas que les brindan satisfacción y realización personal.

La información sobre los servicios de apoyo de personas con experiencia viva se puede encontrar en www.azahcccs.gov/AHCCCS/HealthcareAdvocacy/OIFA/peersupport.html.

Para solicitar servicios de Apoyo de Personas con Experiencia Viva o Apoyo Familiar, puede comunicarse con su administrador de casos de salud comportamental.

Para otras preguntas, comuníquese con la Oficina de Asuntos Individuales y Familiares (OIFA, *por sus siglas en inglés*) de B – UFC/ACC en OIFATeam@bannerhealth.com.

B – UFC/ACC trabaja con proveedores y aliados comunitarios para garantizar que los servicios de apoyo entre pares y apoyo familiar estén disponibles para usted y su familia.

Llame a Envíe un Texto para Ayuda

Para emergencias, llame o envíe un texto al 911

988 Línea de Prevención del Suicidio y Crisis

Llame o envíe un texto al 988.

Chat: chat.988lifeline.org

La Línea Directa Nacional de Referencia y Tratamiento de Trastornos y Uso de Sustancias
800-622-4357 (HELP)

Línea Directa de Crisis del Estado de Arizona

844-534-4673 (HOPE)

o envíe un texto al 44673 (4HOPE)

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

Líneas Directas de Prevención del Suicidio y Crisis por Condados y Nación Tribal

Región Central

Condados de Gila, Maricopa y Pinal

800-631-1314

Región Sur

Condados Cochise, Graham, Greenlee,

La Paz, Pima, Santa Cruz y Yuma

866-495-6735

Nación Tribal

Ak-Chin Indian Community

800-259-3449

Gila River Indian Community

800-259-3449

Salt River Pima Maricopa

Indian Community

855-259-3449

Tohono O'odham Nation

844-423-8759

Otros Recursos Disponibles

Teléfono o mensaje de texto de Teen Lifeline
602-248-8336 (TEEN)

Línea de Prevención de Crisis para Veteranos
988 (*oprime 1*)

Be Connected

866-429-8387 (4AZ-VETS)

DeafLEAD

321-800-3323

(videoteléfono para usuarios de ASL)



Concientización sobre la Salud Mental



Construyendo Puentes Hacia la Recuperación

Navegando el Uso de Sustancias y la Salud Comportamental

Puede obtener servicios de salud mental a través de B – UFC/ACC. Hay otros servicios disponibles para los miembros de Medicaid a través de la Autoridad Regional de Salud Comportamental (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 Subvenciones en Bloque para la Salud Mental (MHBG, *por sus siglas en inglés*). Puede recibir servicios llamando directamente a 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

- El alojamiento y la comida están disponibles para NTXIX/XXI
- Acupuntura de oído (*según los fondos disponibles*)
- Cuidado infantil: Abuso de sustancias o trastorno por consumo de opioides (*según los fondos disponibles*)
- Salud mental y curación tradicional (*otros fondos para circunstancias especiales según los fondos disponibles*)

Subvención en Bloque para el Uso de Sustancias

La Subvención en Bloque para el Uso de Sustancias (SUBG, *por sus siglas en inglés*) es una subvención financiada por el gobierno federal. Está disponible para el tratamiento de drogas. La RBHA administra los servicios de SUBG para facilitar acceso al tratamiento.

Las poblaciones prioritarias tienen acceso a estos servicios:

- Mujeres embarazadas y adolescentes que consumen drogas inyectables
- Mujeres embarazadas y adolescentes que consumen sustancias
- Otras personas que consumen drogas inyectables
- Mujeres y adolescentes que consumen sustancias con hijos 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 no tiene seguro médico o está experimentando el uso o abuso de drogas, es importante obtener ayuda lo antes posible.

Autoridades Regionales de Salud Comportamental

- Maricopa
Mercy Care
800-624-3879
- Condados del Sur
Arizona Complete Health
888-788-4408



Cómo Apoyar a un Amigo Necesitado

A veces, los amigos pueden no decir que están luchando. Busque cambios como:

- Ya no quiere salir con amigos.
- Estar de mal humor o molesto todo el tiempo.
- Hablar de sentirse inútil o desesperanzado.

¿Qué puede hacer para ayudar?

- **Escuche:** Si su amigo necesita hablar, escúchelo sin juzgarlo. Hágle saber que está bien compartir sus sentimientos.
- **Pregúntele qué necesita:** Pregúntele qué tipo de apoyo necesita de usted. Pregunte cuál es la mejor manera de ayudarlo.
- **Anímelo a buscar ayuda:** Sugíerale que hable con alguien en quien confíe, como un amigo o un familiar. Incluso puede ofrecerse a hablar con ellos.
- **Manténgase cerca:** Siga invitándolos a hacer cosas divertidas, incluso si dicen que no. El simple hecho de saber que le importa puede ayudar.
- **Busque ayuda usted mismo:** Si está realmente preocupado por un amigo o familiar, habla con alguien. Pueden ayudar a su amigo a obtener el apoyo que necesita.

Considere llamar a una línea de ayuda

- Llame o envíe texto a la Línea de Prevención del Suicidio y Crisis al 988.
- Llame a la Línea Nacional Contra la Violencia Doméstica al 800-799-7233 (SAFE).
- Llame a la Línea Nacional de Seguridad para los que Huyeron de Casa al 800-786-2929 (800-RUNAWAY).

Juntos podemos hacer la diferencia

Siendo un buen amigo y apoyándonos mutuamente, podemos ayudar a prevenir el suicidio y crear un ambiente afectuoso.

SAMHSA: Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y Salud Mental www.samhsa.gov/mental-health/suicidal-behavior/warning-signs

Medicamentos Recetados Asequibles, Mejor Salud

Si usted es miembro con elegibilidad doble, la Parte D de Medicare es su cobertura de medicamentos recetados. Lo ofrecen compañías privadas aprobadas por Medicare. Para inscribirse en la Parte D de Medicare por separado, debe tener Medicare Original o un plan Medicare Advantage que no incluya cobertura para medicamentos recetados.

¿Qué cubre la Parte D de Medicare?

La Parte D de Medicare cubre (*paga*) los medicamentos de marca y genéricos. También cubre las vacunas.

Cada plan tiene una lista de los medicamentos que cubren. Este es un formulario. Algunos medicamentos tienen reglas adicionales:

- Es posible que su proveedor necesite la aprobación (*autorización previa*) de su plan antes de surtir su receta.
- Puede haber límites en la cantidad de un medicamento que pagará el plan. O bien, el plan podría limitar la cantidad que cubrirán en un período de tiempo determinado. Estos son límites de cantidad.
- Es posible que se le pida que pruebe ciertos medicamentos primero antes de que el plan cubra un medicamento diferente para su afección. A esto se le llama terapia escalonada.

Usted tiene opciones si su medicamento no está en el formulario. Su proveedor puede ser capaz de encontrar un medicamento diferente que funcione igual de bien. O bien pueden pedir una excepción si cree que un medicamento específico es importante para su salud.

Para más información

www.BannerHealth.com/Medicare/Advantage

www.BannerHealth.com/Medicare/Advantage/find-provider-or-rx



Mejorando Juntos

B – UFC/ACC le va a su hogar una amplia variedad de clases. Únase a nosotros como expertos en temas ya que tenemos la planificación de comidas con un presupuesto limitado, la salud y el bienestar de nuestros veteranos, nutrición para la prevención del cáncer y cocina navideña. Todas las clases son virtuales y están disponibles en inglés y español.

Obtenga más información en www.BannerHealth.com/ACC-WellnessEvents.



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.

MK-ACC.5021.CYE25_ES

Chequeo de Bienestar

Exámenes de Detección de Cáncer Colorrectal

El cáncer colorrectal puede ser una enfermedad peligrosa. La buena noticia es que se puede encontrar temprano con exámenes regulares. Las pruebas de detección pueden ayudar a detectar cáncer o pequeños crecimientos (*pólipos*). Los pólipos se pueden extirpar antes de que se conviertan en cáncer.

Las pruebas de detección incluyen colonoscopias, pruebas de heces y tomografías computarizadas. Los doctores dicen que la mayoría de las personas deben comenzar las pruebas de detección a los 45 años. Es posible que algunas personas deban comenzar antes porque tienen factores de riesgo. Los factores de riesgo están relacionados con la vida de una persona y pueden aumentar la probabilidad de contraer cáncer. Esto puede incluir historial médico familiar de la enfermedad. Otros factores de riesgo son el tabaquismo o el sobrepeso.

El cáncer colorrectal a menudo no presenta síntomas en sus primeras etapas. Por eso son tan importantes las pruebas de detección. Cuando se presentan síntomas, pueden incluir los siguientes:

- Cambios en el excremento
- Dolor de estómago
- Heces con sangre
- Pérdida de peso

Las pruebas de detección periódicas pueden ayudar a prevenir el cáncer o a detectarlo a tiempo. Cuidar de su salud programando una prueba de detección puede salvarle la vida. Hable con su proveedor sobre la mejor opción de detección para usted.

Si necesita ayuda para programar la prueba de detección, llame a nuestro Centro de Atención al Cliente al 800-582-8686 TTY 711.

Proteger las Sonrisas para una Mejor Salud

El fluoruro es un mineral natural que se puede encontrar en muchas fuentes de agua. Ayuda a mantener los dientes fuertes y sanos al hacer que la superficie exterior de los dientes sea aún más dura. Esto ayuda a prevenir que el ácido de los alimentos y bebidas que comemos y bebemos causen caries. El fluoruro también puede ayudar a reparar la estructura dental debilitada antes de que se formen caries tanto en niños como en adultos.

Consejos para una sonrisa saludable

- Cepílese los dientes dos veces al día con pasta dental con fluoruro.
- Limpie entre los dientes todos los días con hilo dental.
- Siga una dieta saludable que limite las bebidas azucaradas y los snacks.
- Consulte a su dentista al menos dos veces al año para la prevención y el tratamiento de la enfermedad bucal.

Obtenga más información

www.BannerHealth.com/acc-waterflouridation