



# Para empezar

*Cómo utilizar su afiliación a Commonwealth Choice del NHP*



*Elija su*

## **profesional de atención primaria (PCP)**



### **La Red de NHP**

El NHP tiene profesionales de atención primaria en casi todo Massachusetts. Nuestra red incluye centros de salud comunitarios, atención en hospitales y prácticas médicas de grupo privadas. Nuestra red también incluye 9,000 especialistas y más de 40 de los principales hospitales del estado.

Al elegir un PCP, tenga presente lo siguiente:

- **Elija un sitio de atención primaria cerca de su casa o de su trabajo.**
- **Averigüe cuál es el horario de atención del sitio.**
- **¿Hay un PCP disponible que habla su idioma natal?**
- **¿Hay intérpretes en el sitio?**
- **Puede cambiar su PCP en cualquier momento, por cualquier motivo.**

Si alguna vez tiene que elegir un nuevo PCP o simplemente quiere cambiar el PCP que tiene ahora, tiene muchas opciones en la amplia red de NHP.

Es importante que notifique al NHP a quién eligió como su PCP y su sitio de atención primaria. Son ellos los que le obtendrán remisiones para que vea a especialistas cuando lo necesite. Si desea obtener más información sobre los PCP en la red de NHP, llame nuestro Departamento de Servicios a los Miembros del NHP, al 1-800-462-5449 (TTY 1-800-655-1761).

# tarjeta de identificación como miembro



## ¿Está correcta la información en la tarjeta?

Todos los miembros del Neighborhood Health Plan reciben una tarjeta de identificación como miembros del NHP cuando se inscriben. La tarjeta de identificación contiene información importante sobre usted y sus beneficios. También lo identifica como miembro del NHP a los profesionales de la salud. Muestre su tarjeta de identificación como miembro del NHP todas las veces que reciba atención. Notifique al NHP si tiene otra cobertura. Si la información en su tarjeta está mal o su alguna vez la pierde o no recibe una tarjeta dentro de los diez días laborables de haberse afiliado, llame al número telefónico gratuito del Departamento de Servicios a los Clientes del NHP, 1-800-462-5449 o TTY 1-800-655-1761.

Su número de identificación, nombre y fecha de nacimiento

**Neighborhood Health Plan**  
**NHPONE™**

OV	Rx	ER	Deductible
0/00	0/00/00	00	0000

**000000000A**  
JANE L PETERS  
DOB: 10/17/1979

El grupo — **Group 810FD**  
**PRIMARY CARE SITE**  
Site Eff. Date: 01/01/2007

El Plan Rx (si cubrió) — **MedMetrics**  
RxBIN: 610593  
PCN: SXC  
Group: MHPNHP

El sitio de atención primaria — **COMMONWEALTH CARE**

Los copagos y deducible en el consultorio, la farmacia y la sala de emergencia — **NHPONE**



### Otros Tarjeta de NHP

- **NHP Standard (MassHealth)**
- **NHP Business Choice (NHPCare)**
- **NHP Commonwealth Care**

# Obtención de remisiones para servicios de atención de especialistas



## Use nuestras herramientas en línea

En nuestro sitio web puede encontrar la lista más actualizada de medicamentos cubiertos y de su nivel. También puede averiguar si hay alguna restricción o limitación de los beneficios aplicable a un medicamento específico. Haciendo clic en el nombre del medicamento, puede obtener más información de nuestra Healthwise Knowledgebase. Esta base de conocimientos proporciona información sobre cualquier medicamento, tal como la manera en que se debe tomar, sus efectos secundarios y otros medicamentos que puedan cambiar su efecto. También puede averiguar si otros medicamentos o alimentos pueden reaccionar negativamente con los medicamentos que está tomando.

## El valor de los medicamentos genéricos

A menudo se hace mucha propaganda a los consumidores sobre los medicamentos de marca. Su popularidad está contribuyendo al aumento constante del costo de la atención de la salud. Pero los medicamentos genéricos son una excelente manera de mantener la atención de su salud más accesible. Los medicamentos genéricos contienen los mismos ingredientes activos que sus equivalentes de marca y tienen que seguir las mismas reglas de la FDA para ser aprobados. Los equivalentes genéricos de los medicamentos de marca le pueden ahorrar dinero. Es por eso que el NHP puso la mayoría de los medicamentos genéricos en el nivel de copago menos costoso.\*

## ¡Comodidad y ahorros!

Los pedidos por correo y los beneficios Access90 del NHP le ahorran dinero y le ofrecen la comodidad de obtener un suministro de hasta 90 días de ciertos medicamentos.\*\* Para más información, consulte el folleto "Entienda su beneficio de farmacia" o visite el sitio web del NHP.

\*Consulte el Resumen de beneficios de su plan para obtener información específica sobre los copagos.

\*\*No disponible en los planes MassHealth del NHP.

# sepa cómo obtener la atención correcta



## ¿Atención de urgencia o de emergencia?

### **Suenan lo mismo, pero hay una diferencia.**

Saber cuál es la diferencia le puede ahorrar mucho tiempo y ayudarlo a obtener la mejor atención cuando la necesite. A continuación, algunos ejemplos de problemas de salud que requieren atención de emergencia:

- **Problemas para respirar**
- **Hemorragia**
- **Dolor de pecho**
- **Ataques**
- **Intoxicación**
- **Convulsiones**

Muchos problemas de salud requieren atención, pero no amenazan la vida. Esto se conoce como atención de urgencia. Para la atención de urgencia llame al consultorio de su médico. Ellos lo conocen y conocen su historia clínica, y por lo general lo pueden ver dentro de las 24 horas. Eso lo ayuda a no tener que esperar en la sala de emergencia. Algunos ejemplos de atención de urgencia son:

- **Dolores de estómago**
- **Infecciones a virus, gripe**
- **Diarrea**
- **Dolor de oído**
- **Vómitos**
- **Fiebre**

Si su problema médico pone su vida en peligro, vaya siempre a la sala de emergencia más cercana o llame al 911. Si no, llame al consultorio de su médico, porque ellos son los que mejor lo conocen.

# Tome el control de la atención de su salud: sea un paciente informado



## Pida nuestros libros gratuitos de educación sobre la salud.

Es suficientemente difícil cuando usted o un ser querido no se sienten bien o están doloridos. Es todavía más difícil determinar por sí solo qué puede estar pasando, lo que puede hacer para ayudar y cuándo es hora de ver a un médico. Es por eso que el NHP se complace en ofrecer a sus miembros una selección de libros de consulta sobre la atención de la salud, incluyendo “La salud necesita un plan”, un manual completo de consulta médica para el hogar publicado por Healthwise, el líder de la industria en recursos para cuidarse.



*“La salud necesita un plan”, una guía completa de bienestar y salud familiar contiene información sobre más de 200 problemas comunes de salud. También encontrará capítulos útiles sobre cómo permanecer sano, manejar mejor una enfermedad crónica y qué hacer para prestar primeros auxilios y en emergencias y lo que puede hacer para recibir mejor atención y reducir sus costos de atención de la salud.*

**El NHP ofrece una serie de libros llamados “Qué hacer”.** Cada libro es un manual de consulta completo que cubre los temas de cuidado de niños, de salud de adolescentes y de cuidado prenatal y de posparto.

Para recibir una copia de cualquiera de los libros que ofrecemos, simplemente llene y envíe la tarjeta incluida en sus materiales de miembro o llame al NHP, al 1-800-462-5449.

# ¿Tiene preguntas sobre su salud? tal vez lo podamos ayudar



## **Beneficios extra y servicios a los miembros.**

El NHP ha creado un número de programas de atención especial para ayudarlo a permanecer sano, ayudar a usted y a su médico a manejar enfermedades crónicas—como la diabetes y el asma—y ahorrar dinero en servicios y productos de salud.

## **Ahorros especiales para los miembros del NHP**

- **Servicio de Walgreen's de medicamentos por correo**  
*Reciba un suministro de 90 días de ciertos medicamentos enviados directamente a su domicilio por el mismo copago que un suministro de 60 días.*
- **Inscripción gratis en WeightWatchers**

## **Ayuda extra cuando la necesita**

- **Asociación de cuidados**
- **Programa de manejo del asma**
- **Programa de manejo de la diabetes"**
- **Programa de atención prenatal "For You Two"**
- **Ayuda para dejar de fumar**

Beacon Health Strategies coordina el beneficio del NHP de atención de la salud mental. No necesita remisión de su médico de atención primaria para esos servicios. Para encontrar un profesional, puede ir en línea al sitio web de Beacon Health Strategies, en [beaconhealthstrategies.com](http://beaconhealthstrategies.com) y hacer clic en "locate a provider" o llamar al número telefónico de Beacon disponible las 24 horas, 1-800-414-2820. Si tiene alguna pregunta sobre sus beneficios, llame al Departamento de Servicios a los Miembros del NHP, al 1-800- 462-5449 (TTY 1-800-655-1761) o visite el sitio web del NHP, [www.nhp.org](http://www.nhp.org)

## *Todavía más para nuestros miembros:* **visítenos en Internet**



### **www.nhp.org**

Allí encontrará información sobre los beneficios de los miembros del NHP y sobre los programas de atención especial que tiene a su disposición. También puede buscar un médico en nuestro directorio en línea. El sitio web del NHP se pone al día regularmente, de manera que puede estar seguro de que obtendrá la información más reciente.

Las secciones de los miembros en el sitio web del NHP están escritas en inglés y en español e incluyen información útil sobre sus beneficios como miembro, tales como qué medicamentos recetados están cubiertos por su plan y cómo tener acceso a servicios de atención de la salud mental o de tratamiento de la drogadicción o del alcoholismo.

Si tiene preguntas sobre el NHP, puede usar el sitio web para enviar un mensaje por correo electrónico al Departamento de Servicios a los Miembros del NHP las 24 horas del día. Un representante responderá a su correspondencia electrónica dentro de los 2 días laborables. Por supuesto, siempre puede ponerse en contacto con un representante de servicios a los miembros llamando sin cargo al 1-800-462-5449. Nuestro horario de atención es de 8:30 de la mañana a 6 de la tarde, de lunes a viernes.

### **En nuestro sitio web también encontrará un enlace con Healthwise® Knowledgebase.**

Desde el sitio web del NHP, siga el enlace directo a Healthwise® Knowledgebase. Como miembro del NHP tiene acceso gratuito para buscar en esta base de datos de recursos de salud de más de 3,000 temas vinculados a la salud, que también contiene información sobre medicamentos y pruebas y análisis médicos.