

# HEALTH PARTNERS

# Talk



Health Partners

Una parte de **Jefferson Health Plans**

**VERANO DE 2023**

## ¡Diversión en verano!

Durante el verano, puede ser divertido salir al exterior, disfrutar del sol, cocinar a la parrilla y reunirse con amigos y familiares. Pero no te expongas demasiado al sol. Estos son algunos consejos sobre cómo evitar quemarte:

- **Aplicáte y luego vuelve a aplicarte protector solar:** todos sabemos que debemos usar protector solar al salir, pero es fácil olvidarnos de volver a aplicarlo. Debes ponerte protector solar al menos cada dos horas.
- **Bebe mucha agua:** es fácil deshidratarse cuando pasa tiempo bajo el sol y el calor. Asegúrate de planificar con antelación y de llevar siempre contigo agua potable en abundancia.
- **Vigila de cerca la parrilla:** una parrilla caliente y encendida nunca debe dejarse sola. Un adulto siempre debe permanecer cerca de la parrilla para estar atento. Los accidentes solo tardan unos segundos.
- **Despeja el camino:** cuando utilices una parrilla o cualquier tipo de brasero al aire libre, asegúrate de mantenerlo alejado de casas, árboles o cualquier otro objeto que pueda incendiarse. Los niños deben estar siempre supervisados de cerca y alejados de todas las fuentes de calor.



## Mira el interior.



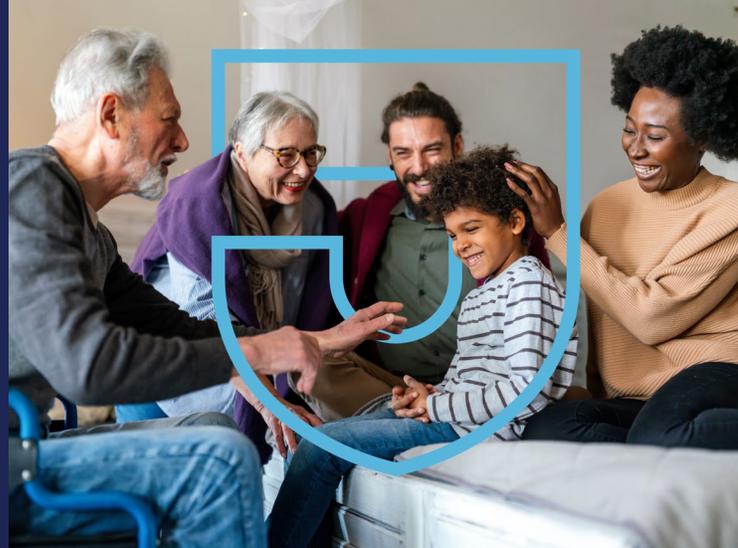
Nuestro evento anual en el zoológico estará disponible próximamente. Consulta la página 3 para obtener más detalles.



¿Necesitas ayuda para encontrar alimentos nutritivos? Obtén más información sobre **SNAP** y **FindHelp** en la página 7.



Los nombres de nuestros planes cambian.  
Nuestro compromiso sigue siendo el mismo.



es ahora



## Índice

### Forma de vida saludable

- 4 ¿Estás listo para dejar de fumar tabaco?
- 5 Cómo tener salud bucal para tu bebé
- 6 ¿Qué es la depresión posparto? Estos son los hechos
- 7 Más información sobre SNAP
- 8 VIH: lo que debes saber

### Rincón farmacéutico

- 9 Método anticonceptivo: ¿cuál es el adecuado para ti?
- 10 ¿Tú o alguien que conoces tiene asma?
- 10 ¿Las estatinas pueden ayudarte?

### Recursos para miembros

- 11 Ven a un evento de bienestar de socios
- 11 Inscríbete en HP Connect
- 12 Herramientas de aprendizaje en línea
- 12 Fraude, uso indebido y abuso



## Recursos para miembros

**Servicios para Miembros:** 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477)

**Sitio web:** [HPPlans.com/members](https://www.hpplans.com/members)

**Redes sociales:**  Health Partners Plans   @hpplans

**Portal para miembros:** [HPPlans.com/portal](https://www.hpplans.com/portal)

**Boletines informativos:** [HPPlans.com/News2023](https://www.hpplans.com/News2023)

**Manual:** [HPPlans.com/handbook](https://www.hpplans.com/handbook)

# ¡Anota la fecha!

## Acompáñanos en el zoológico

Te invitamos a acompañarnos a un paseo familiar por el zoológico.

¡Participa para tener la oportunidad de ganar una membresía familiar en el zoológico!



Recibe útiles escolares para niños en edad escolar, hasta agotar existencias.



Este evento es gratuito para todos los miembros de Health Partners. Se requiere inscripción previa. **NO PUEDES** inscribirte el día del evento. Insíbete visitando los siguientes enlaces o llama al **215-967-4514** (de lunes a viernes de 9:00 a.m. a 5:00 p.m.).



### Dos eventos para elegir:

#### Una noche en el zoológico de Philadelphia

**Fecha:** Sábado, 12 de agosto de 2023

**Hora de inicio:** de 6:00 p.m. a 8:00 p.m. (el evento termina a las 9:00 p.m.)

**Dirección:** 3400 W. Girard Avenue, Philadelphia, PA 19104

**Para inscribirte:** [www.runsignup.com/HPPphillyzoo](http://www.runsignup.com/HPPphillyzoo) (hasta el 11 de agosto)

#### Un día en el zoológico de Lehigh Valley

**Fecha:** Sábado, 16 de septiembre de 2023

**Hora de inicio:** de 10:00 a.m. a 3:00 p.m. (el evento termina a las 4:00 p.m.)

**Dirección:** 5150 Game Preserve Road, Schnecksville, PA 18078

**Para inscribirte:** [www.runsignup.com/HPplehighvalleyzoo](http://www.runsignup.com/HPplehighvalleyzoo) (hasta el 15 de septiembre)

## Recordatorio: no te arriesgues a perder tu cobertura

Si aún no lo has hecho, deberías recibir un paquete de renovación por correo de DHS. Deberás enviar tu paquete de renovación a tiempo para asegurarte de no correr el riesgo de perder tu cobertura de atención médica.

Estas son las medidas que debes tomar para asegurarte de recibir tu solicitud de renovación:

1. Asegúrate de que tu información de contacto esté al día. Puedes informar de los cambios:
  - Visita [dhs.pa.gov/COMPASS](http://dhs.pa.gov/COMPASS)
  - Descarga la aplicación móvil myCOMPASS PA
  - Llama al **1-866-550-4355**
  - Visita la oficina de asistencia del condado de tu zona
2. Revisa tu correo postal.
3. Completa y devuelve tu formulario antes de la fecha de vencimiento impresa en el paquete de renovación.
  - Por correo postal: envía tu formulario completo utilizando el sobre proporcionado
  - En línea: visita [dhs.pa.gov/COMPASS](http://dhs.pa.gov/COMPASS)
  - Teléfono: llama al **1-866-550-4355**
  - En persona: visita la Oficina de Asistencia del Condado de tu área.



Cambios en el hogar



Nueva dirección postal



Nuevo número de teléfono



Nueva dirección de correo electrónico

# Forma de vida saludable

## ¿Estás listo para dejar de fumar?

Todos tienen sus propias razones para dejar de fumar, pero estos son los beneficios:

### Beneficios para la salud

- Dejar de fumar reduce el riesgo de experimentar muchas afecciones perjudiciales, como asma, enfermedades cardíacas, deterioro de los resultados de salud reproductiva y algunos cánceres
- Puedes experimentar una respiración más fácil y menos tos
- Evita que se manchen los dientes

### Beneficios del estilo de vida

- Más tiempo y energía para hacer ejercicio y realizar las actividades diarias
- Menos dinero gastado en productos de tabaco
- Mantiene a los miembros de la familia alejados del humo ambiental
- Mejora el sentido del olfato

### ¿Te interesa dejar de fumar?

Tu médico puede informarte sobre los beneficios de dejar de fumar. Pregunta sobre las diferentes formas de terapia para dejar de fumar. Tú y tu médico pueden crear un plan de tratamiento que funcione mejor para ti.

La Línea gratuita para dejar de fumar de Pennsylvania está disponible llamando al **1-800-784-8669** o escribiendo a [pa.quitlogix.org](http://pa.quitlogix.org); puedes conectarte con un asesor para dejar de fumar las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Quitline cuenta con asesores capacitados que te orientan en tu viaje hacia un estilo de vida libre de tabaco.

### ¿Qué es el tratamiento para dejar de fumar?

El tratamiento para dejar de fumar está diseñado para ayudarte a dejar de fumar, con el objetivo de mejorar tu salud y bienestar general lo que reduce el riesgo de tener problemas de salud graves. El tratamiento está diseñado específicamente para ti, pero puede incluir algunos de los siguientes métodos: parches/pastillas/encías de nicotina, asesoramiento, terapia conductual, medicamentos recetados

### Medicamentos preferidos cubiertos para dejar de fumar

- Comprimidos:
  - Bupropión SR
  - Chantix (Vareniclina)
- Goma de mascar de nicotina
- Pastilla de nicotina/mini pastilla
- Parche de nicotina





## Cómo tener salud bucal para tu bebé

El cuerpo, incluidos los dientes y las encías, puede sufrir muchos cambios durante el embarazo. La salud bucal es una parte importante de tu cuidado prenatal. Algunos estudios muestran que existe una conexión entre la enfermedad de las encías y el parto prematuro. Practicar un buen cuidado en el hogar y acudir al dentista puede mantenerlos sanos a ti y a tu bebé.

### ¿Qué puedes hacer para mantener la salud bucal?

- Practica un buen cuidado en el hogar. Cepíllate dos veces al día y usa hilo dental al menos una vez al día para limpiar la boca. Tener la boca limpia puede ayudar a prevenir la propagación de las caries que causan bacterias al bebé.
- Si vomitas, enjuágate la boca con bicarbonato de sodio y agua para neutralizar los ácidos estomacales persistentes que pueden debilitar el esmalte. Espera al menos 30 minutos después de vomitar antes de cepillarte.
- Hazte una limpieza profesional para disminuir las probabilidades de gingivitis y enfermedad periodontal (de las encías). Durante el embarazo, los niveles hormonales pueden hacer que las encías tengan una mayor reacción a la placa y a la acidez. Esto puede provocar hinchazón, sensibilidad y sangrado de las encías.
- Hazte revisiones dentales periódicas incluso durante el embarazo. Las revisiones son importantes para detectar cualquier problema antes de que se convierta en un problema importante. Las caries no tratadas pueden provocar infecciones que pueden conllevar a complicaciones durante el embarazo.
- Puedes someterte a un examen dental, radiografías, limpiezas, empastes e incluso extracciones en cualquier momento durante el embarazo. Asegúrate de que el dentista sepa que estás embarazada y tu fecha de parto. Esta información les ayudará a tener en cuenta más a la hora de proporcionarte atención. Comunícate con Servicios para Miembros si necesitas ayuda para encontrar un dentista.



## ¿Qué es la depresión posparto? Estos son los hechos

Tener un bebé es un desafío y todas las mujeres merecen apoyo. Las investigaciones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) muestran que aproximadamente 1 de cada 8 mujeres experimenta síntomas de depresión posparto. Algunas personas pueden experimentar algunos síntomas y otras pueden experimentar muchos. La frecuencia con la que se producen los síntomas, su duración y su intensidad pueden ser diferentes para cada persona. La depresión durante y después del embarazo, llamada depresión posparto, es frecuente y tratable. Esto es diferente de la "tristeza posparto". Con la tristeza postparto puedes sentirte triste, llorosa o ansiosa a partir de tres días después del parto. Estos sentimientos tienden a aparecer y desaparecer, y generalmente mejoran por sí solos en una o dos semanas. Pero la depresión posparto suele comenzar entre una y tres semanas después del nacimiento y es un trastorno grave del estado de ánimo que puede durar meses y puede no mejorar sin tratamiento.

### Los síntomas de depresión posparto pueden incluir:

- Sentirte triste o vacía la mayor parte del tiempo
- Comer demasiado poco o mucho.
- Dormir demasiado poco o mucho.
- Llorar mucho
- Sentirte enojada
- Alejarte de familiares y amigos
- Preocuparte o sentirte ansiosa
- No tener ningún interés en tu bebé
- Dudas constantes sobre tu capacidad para cuidar a tu bebé
- Pensar en lastimarte a tí misma o a tu bebé

Si crees que puedes estar deprimida, habla con tu médico lo antes posible.

Además, los coordinadores de cuidados de Baby Partners pueden conectarte con recursos locales y obtener la ayuda que necesitas. Llama al equipo de Baby Partners al **1-866-500-4571 (TTY 1-877-454-8477)** o al **215-991-4182**



## Más información sobre SNAP

En Health Partners, sabemos lo importante que es el acceso a alimentos nutritivos para la buena salud de tu familia. Queremos proporcionarte información importante sobre el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria, también llamado SNAP, del Departamento de Servicios Humanos de Pennsylvania.

En Pennsylvania, el SNAP proporciona ayuda a personas y familias de bajos ingresos. Puedes usar el dinero del SNAP para comprar:

- Frutas y verduras frescas
- Carnes rojas, de pescado y de aves
- Lácteos (huevos, yogur y leche)
- Alimentos envasados y enlatados
- Pan

El dinero del SNAP se carga en una tarjeta ACCESS cada mes. Se utiliza como una tarjeta de débito.

El dinero del SNAP no se puede usar para alimentos para mascotas, alcohol ni comidas calientes y preparadas.

### ¿Quiénes reúnen los requisitos para el SNAP?

La elegibilidad para el SNAP se basa en los ingresos y el tamaño de la familia. Puedes llamar a la Línea de Ayuda del Departamento de Servicios Humanos de PA al **1-800-692-7462 (TTY 1-800-451-5886)** o visitar la oficina de asistencia de tu condado para obtener más información.

### Presentar una solicitud para el SNAP

También puedes presentar una solicitud para el SNAP llamando o visitando la oficina de asistencia de tu condado o completando una solicitud en [www.compass.state.pa.us](http://www.compass.state.pa.us).

Si necesitas ayuda para encontrar alimentos, vivienda, transporte y mucho más, visita [hpp.findhelp.com](http://hpp.findhelp.com).

Puedes buscar y encontrar los recursos que necesitas rápidamente: Visita [hpp.findhelp.com](http://hpp.findhelp.com) para:

- Encontrar programas y organizaciones de apoyo que puedan ayudarte
- Ver horarios y ubicaciones de las organizaciones de ayuda
- Conectarte con los servicios sociales
- Solicitar beneficios

¡Puedes completar un cuestionario de necesidades sociales por tu cuenta! Esta herramienta rápida está diseñada para ayudarte a encontrar los recursos que necesitas. Visita [hpp.findhelp.com](http://hpp.findhelp.com) y haz clic en “Social Needs Screener” (Selector de necesidades sociales) en la parte superior de la página para obtener más información.

# VIH: lo que debes saber

El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) ataca el sistema inmunitario del organismo. No hay cura para el VIH, pero con el cuidado adecuado, el VIH puede controlarse. Si no se trata, el VIH puede provocar SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida).

## Prevenir

En los EE. UU., las principales causas del VIH son tener relaciones sexuales o compartir agujas con alguien que tiene VIH. La profilaxis previa a la exposición (PrEP) es para personas que actualmente son VIH negativas y corren el riesgo de contraer VIH a través del sexo o el uso de drogas inyectables. Estos medicamentos ayudan a disminuir la cantidad de VIH en el cuerpo para que el sistema inmunitario pueda funcionar mejor. Otros consejos para prevenir la transmisión del VIH incluyen usar condones y no compartir artículos personales (agujas, cepillos de dientes y afeitadoras) que puedan haber entrado en contacto con la sangre u otros fluidos corporales. Habla con tu médico para ver si un tratamiento de PrEP es adecuado para ti.

## Hacerte la prueba

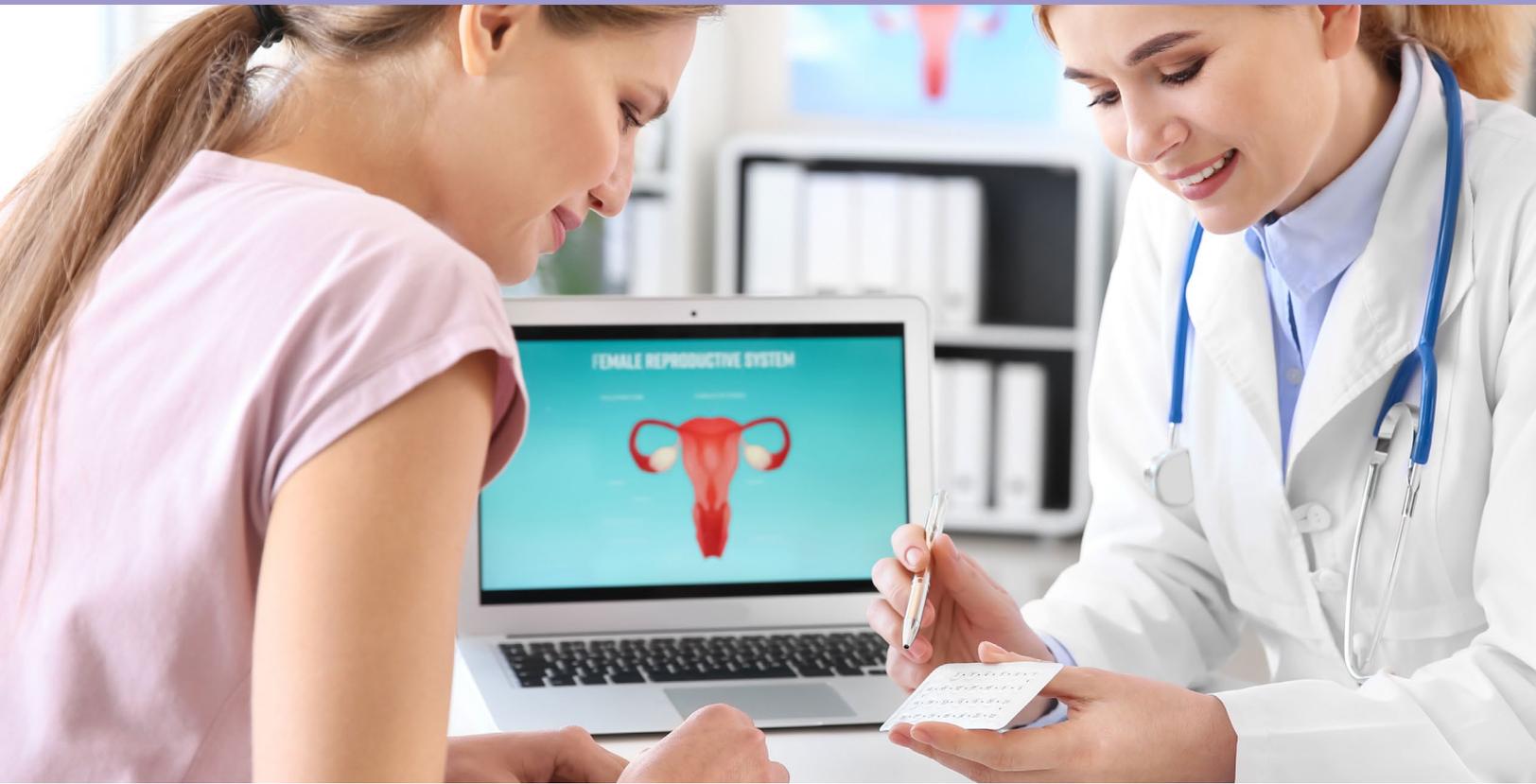
La única forma de saber si tienes VIH es hacerte la prueba. Saber si tienes el VIH te ayuda a recibir tratamiento y a tomar medidas para evitar transmitir el virus a otras personas. Visita el sitio del Departamento de Salud de PA en [health.pa.gov/topics/programs/HIV/Pages/Testing.aspx](https://health.pa.gov/topics/programs/HIV/Pages/Testing.aspx) para encontrar un sitio de pruebas cerca de ti. También puedes visitar [getmyhivtest.com](https://getmyhivtest.com) para obtener un kit de prueba gratuito. Habla con tu médico para obtener más información.

## Tratamiento

Si el resultado de la prueba del VIH es positivo, comunícate con tu médico de inmediato. Se recomienda el tratamiento antirretroviral (TAR) para todas las personas con VIH, incluidas aquellas con infección temprana por VIH. El TAR debe comenzar lo antes posible después del diagnóstico de VIH. Si se toma según lo prescrito, el medicamento contra el VIH reduce la cantidad de VIH en el organismo (carga viral) a un nivel muy bajo, lo que mantiene el sistema inmunitario funcionando y evita enfermedades.



# Rincón farmacéutico



## Opciones de métodos anticonceptivos: ¿cuál es el adecuado para ti?

Existen muchas opciones de métodos anticonceptivos para ayudar a prevenir el embarazo. Habla con tu médico para determinar cuál puede ser el mejor para ti. Los métodos anticonceptivos están cubiertos por el beneficio de farmacia de Health Partners con la receta de un médico.

Un método anticonceptivo no hormonal puede ser el DIU de cobre. Los métodos anticonceptivos hormonales pueden presentarse de muchas formas:

- Comprimido oral: pastilla que se toma diariamente
- Anillos vaginales: insértalos y déjalos en su sitio durante 3 semanas, luego quítatelos y no los uses durante 1 semana
- Parches: colócatelos una vez a la semana durante 3 semanas, luego no los uses durante 1 semana
- Inyecciones: administradas por un proveedor de atención médica cada 3 meses
- Anticonceptivos reversibles de acción prolongada (LARC): administrados por un proveedor de atención médica y funcionan durante años. Un proveedor de atención médica puede quitártelos en cualquier momento si quieres quedarte embarazada o dejar de usarlos.

**Si te cuesta acordarte de tomar una pastilla cada día, puedes probar opciones como el parche, los anillos vaginales, las inyecciones y los LARC.**

### LARC en la Lista de Medicamentos Preferidos de Medicaid:

- DIU Kyleena
- DIU Liletta
- DIU Mirena
- Implante Nexplanon
- DIU de cobre intrauterino Paragard
- DIU Skyla

# ¿Tú o alguien que conoces tiene asma?

Una persona con asma puede tener dificultad para respirar debido a que las vías respiratorias estrechas están bloqueadas por una gran cantidad de mucosidad en los pulmones. La mucosidad puede causar síntomas como tos, opresión en el pecho y sibilancias. Estos síntomas pueden empeorar debido al polvo, el ejercicio, el moho y el cambio de temperatura.

El asma es una afección crónica que requiere tratamiento de control a largo plazo para el tratamiento y **tratamiento de rescate para los brotes**.

El **tratamiento de control** reduce la inflamación de los pulmones, evitando los síntomas del asma.

El tratamiento de control suele contener esteroides y se usa todos los días, incluso cuando no hay síntomas agudos. Los controladores pueden presentarse en forma de inhaladores, inyecciones o comprimidos.

El **tratamiento de rescate** es una dosis rápida de medicamento para abrir los pulmones o las vías respiratorias.

Estos son algunos ejemplos de **medicamentos** para el control del asma:

<b>Inhalador</b>	Symbicort	Dulera
<b>Inyección</b>	Omalizumab	Dupilumab
<b>Comprimido</b>	Montelukast	Teofilina

Las nuevas directrices de 2022 sugieren el uso de combinaciones de corticoesteroides-LABA que proporcionen **tratamiento de control y de rescate**. Algunos ejemplos de combinaciones de corticoesteroides-LABA son:

- Advair HFA
- Dulera
- Symbicort

Si no prefieres el inhalador combinado corticoesteroide-LABA, hay inhaladores de rescate alternativos para el asma que puedes utilizar junto con un controlador, como:

- Proair HFA (inhalado)
- Ventolin HFA (inhalado)
- Albuterol HFA (inhalado)

Si usas un medicamento de rescate con más frecuencia, esto podría ser una indicación de que no tienes el asma bien controlado y, en tal caso, debes hablar con tu médico.

## ¿Puede ayudarte el tratamiento con estatinas?

Las estatinas son medicamentos que disminuyen el colesterol en la sangre. Funcionan bloqueando una sustancia que tu cuerpo necesita para producir colesterol. Esto puede ayudar a reducir el riesgo de ataque al corazón, ataque cerebral y otras afecciones potencialmente mortales.

### Terapia con estatinas para la enfermedad cardiovascular aterosclerótica (ECVA)

Un nivel alto de colesterol (depósitos grasos) puede provocar ECVA. Esta es una afección que hace que las arterias y vasos sanguíneos se estrechen, lo que dificulta que la sangre fluya por el cuerpo. Las personas con ECVA tienen una mayor probabilidad de desarrollar enfermedad cardíaca y ataques cerebrales. Controlar el colesterol por medio de la terapia con estatinas puede ayudar.

### Terapia con estatinas para la diabetes

Las personas con diabetes son más propensas a tener una enfermedad cardíaca o un ataque cerebral en comparación con alguien que no tiene diabetes. Este riesgo aumenta cuanto más tiempo tengas diabetes. Si tienes diabetes, las estatinas pueden ayudarte a controlar los niveles de colesterol y proteger los vasos sanguíneos.

Habla con tu médico sobre si empezar un tratamiento con estatinas es adecuado para ti. Tu médico puede determinar qué intensidad de tratamiento con estatinas es mejor para ti en función de tus factores de riesgo. Estos son algunos ejemplos de estatinas:

- atorvastatina
- lovastatina
- pravastatina
- rosuvastatina
- simvastatina



### Cosas que debes hacer

Visita [HPPlans.com/onlinelearning](https://www.hppplans.com/onlinelearning) para obtener más información sobre el control de la diabetes.

# Recursos para miembros

## Sé parte de un evento de socios de bienestar

Tenemos un calendario completo de eventos, así que ¡únete a nosotros!

Nuestro equipo de Socios de Bienestar organiza eventos y programas en las comunidades donde vives, trabajas y juegas. Estás atento a eventos más divertidos más adelante este año, como nuestros populares eventos del zoológico. Lo mejor de todo es que muchos eventos son gratuitos y divertidos para todas las edades, así que trae a tu familia y amigos.

Visita [HPPlans.com/WellnessPartners](https://www.hppplans.com/WellnessPartners) para saber qué hay en el cronograma. ¡El equipo de Socios de Bienestar espera verte pronto!

¡Nos vemos en la CWC!

¡Únete a nosotros en el Centro de Bienestar Comunitario de HPP para clases de acondicionamiento físico en persona y otras actividades divertidas! Todos los eventos son gratuitos y están abiertos al público, así que trae a tus amigos y vecinos.

**Community Wellness Center**  
**6232 Market Street**  
**Philadelphia, PA 19139**



## Inscríbete en HP Connect

**iHealth Partners tiene noticias emocionantes! HP Connect, el portal de miembros en línea, es mejor que nunca.**

HP Connect te brinda acceso instantáneo a la información sobre tus beneficios. Después de registrarte en HP Connect, puedes:

- Encontrar médicos y hospitales cerca de ti
- Cambiar tu médico primario (proveedor de atención primaria)
- Revisar tus beneficios
- Ver el historial de reclamaciones
- Actualizar tu información de contacto
- Interactuar con tu administrador de atención
- Acceder a educación sobre salud

**¿Listo para comenzar?** ¡Visita [HPPlans.com/portal](https://www.hppplans.com/portal) para registrarte!



# ¡Herramientas de aprendizaje en línea disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana!

Los módulos de aprendizaje en línea pueden ayudarte a desempeñar un papel activo en tu propia salud. Los miembros de Health Partners tienen acceso a una biblioteca de herramientas de autogestión que están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana en [HPPlans.com/onlinelearning](https://www.hppplans.com/onlinelearning).

## ¡Nuevas clases dentales!

Se han añadido dos nuevos módulos dentales a la colección para tus pacientes que son madres nuevas y embarazadas.



“Salud bucal: qué esperar durante el embarazo” ayudará a las mujeres embarazadas a sortear los cambios que se producen durante el embarazo.



“Sonríe a través de la vida: salud bucal de 0 a 3 años” prepara a las madres nuevas para que comiencen a cuidar la salud bucal de su bebé.

## Fraude, uso indebido y abuso

Health Partners prohíbe toda conducta ilegal o falta de ética por parte de miembros, empleados y proveedores. Nuestra Unidad de Investigaciones Especiales (SIU) trabaja con otros departamentos y subcontratistas para detectar, prevenir y detener este tipo de actividad inapropiada. Los hallazgos de las investigaciones pueden remitirse a nuestro Departamento de Asuntos Legales para que se tomen las medidas correspondientes.

### Estos son algunos ejemplos de conductas ilegales o faltas de ética:

- Miembros que permiten que otras personas utilicen su seguro médico para acceder a la atención médica
- Miembros que venden medicamentos recibidos a través de su seguro
- Miembros que obtienen servicios o equipos que no son médicamente necesarios para sus afecciones
- Proveedores que presentan reclamaciones por servicios que no brindaron o facturas por servicios más costosos que los que prestaron realmente
- Proveedores que brindan declaraciones falsas para obtener credenciales
- Farmacéuticos que sobornan a los proveedores (o les ofrecen regalías) para que les remitan pacientes
- Proveedores que pagan incentivos a los miembros por ser sus pacientes
- Empleados que venden información de Health Partners
- Empleados que aceptan dinero o regalos a cambio de cambiar algunas partes de los sistemas de Health Partners



### Cómo denunciar el fraude, el despilfarro y el abuso:

Si ves o sospechas que se está cometiendo alguna actividad ilegal o poco ética, llama a la línea directa de SIU al **1-866-477-4848**. Todas las llamadas pueden ser anónimas. También puedes utilizar este enlace para informar de forma anónima de posibles problemas: [www.mycomplianceport.com/report?cid=JEFF](https://www.mycomplianceport.com/report?cid=JEFF). Los informes se tratarán de forma confidencial, según lo permita la ley.

También puedes informar los problemas de FWA directamente al Departamento de Servicios Humanos de Pensilvania (DHS) a través de la Línea Directa de Fraude en el **1-844-347-8477**.



Health Partners Plans

## La discriminación está prohibida por la ley

Health Partners (Medicaid) cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, credo, religión, ascendencia, sexo, identidad o expresión de género ni orientación sexual. Health Partners no excluye a personas ni las trata de manera diferente por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, credo, religión, ascendencia, sexo, identidad o expresión de género ni orientación sexual.

Health Partners proporciona productos y servicios gratuitos a las personas con discapacidades para que puedan comunicarse eficazmente con nosotros; algunos de estos productos y servicios pueden ser los siguientes:

- Intérpretes de lenguaje de señas calificados.
- Información escrita en otros formatos (letra grande, audio, formatos electrónicos accesibles u otros formatos).

Health Partners proporciona servicios lingüísticos gratis para las personas cuyo idioma principal no sea el inglés, como los siguientes:

- Intérpretes calificados.
- Información escrita en otros idiomas.

Si necesitas estos servicios, comunícate con Servicios para Miembros al 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477).

Si crees que Health Partners ha incumplido en la prestación de estos servicios o ha discriminado de alguna manera por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, credo, religión, ascendencia, sexo, identidad o expresión de género, u orientación sexual, puedes presentar una queja ante la siguiente entidad:

Jefferson Health Plans  
Attn: Complaints, Grievances & Appeals Unit  
901 Market Street, Suite 500  
Philadelphia, PA 19107  
Número de teléfono: 1-800-553-0784 (TTY  
1-877-454-8477)  
Fax: 1-215-991-4105

The Bureau of Equal Opportunity  
Room 223, Health and Welfare Building  
P.O. Box 2675  
Harrisburg, PA 17105-2675  
Número de teléfono: (717) 787-1127 (TTY/PA  
RELAY: 711)  
Fax: (717) 772-4366  
Correo electrónico: RA-PWBEOAO@pa.gov

Puedes presentar una queja en persona o por correo postal, fax o correo electrónico. Si necesitas ayuda para presentar una queja, Health Partners y la Oficina de Igualdad de Oportunidades (Bureau of Equal Opportunity) están disponibles para ayudarte. También puedes presentar una queja respecto de los derechos civiles en forma electrónica ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. a través del Portal de la Oficina de Quejas sobre Derechos Civiles en <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, o bien, por correo postal o teléfono:

U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Avenue SW.  
Room 509F, HHH Building  
Washington, DC 20201  
1-800-368-1019, 1-800-537-7697 (TDD)

**ATTENTION: If you speak a language other than English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call: 1-800-553-0784 (TTY: 1-877-454-8477).**

**ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477).**

**ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните 1-800-553-0784 (телетайп 1-877-454-8477).**

**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 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477)。**

**CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477).**

ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم 4870-355-008-1 (رقم هاتف الصم والبكم) 7748-454-778-1

**ध्यान दिनुहोस्: तपाईंले नेपाली बोल्नुहुन्छ भने तपाईंको निम्ति भाषा सहायता सेवाहरु निःशुल्क रूपमा उपलब्ध छ । फोन गर्नुहोस् 1-800-553-0784 (टिटिवाइ 1-877-454-8477) ।**

**주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477) 번으로 전화해 주십시오.**

**ប្រយ័ត្ន: បើសិនជាអ្នកនិយាយ ភាសាខ្មែរ, សេវាជំនួយផ្នែកភាសា ដោយមិនគិតថ្លៃ គឺអាចមានសំរាប់អ្នក។ ចូរ ទូរស័ព្ទ 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477)។**

**ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le 1-800-553-0784 (ATS 1-877-454-8477).**

**သတိပြုရန် - အကယ်၍ သင်သည် မြန်မာစကား ကို ပြောပါက၊ ဘာသာစကား အကူအညီ၊ အခမဲ့၊ သင့်အတွက် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးပါမည်။ ဖုန်းနံပါတ် 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477) သို့ ခေါ်ဆိုပါ။**

**ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477).**

**ATENÇÃO: Se fala português, encontram-se disponíveis serviços linguísticos, grátis. Ligue para 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477).**

**লক্ষ্য করুন: যদি আপনি বাংলা, কথা বলতে পারেন, তাহলে নি:খরচায় ভাষা সহায়তা পরিষেবা উপলব্ধ আছে। ফোন করুন 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477)।**

**KUJDES: Nëse flitni shqip, për ju ka në dispozicion shërbime të asistencës gjuhësore, pa pagesë. Telefononi në 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477).**

**सुचना: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. ફોન કરો 1-800-553-0784 (TTY 1-877-454-8477).**