



# Aproveche al máximo su plan de salud

## Guía de inicio

### Apple Health Expansion de Washington

#### Contenido:

- **Cómo obtener ayuda:** página 3
- **Solicitud de información del plan:** página 4
- **Háblenos de sus necesidades de salud:** página 4
- **Sus beneficios cubiertos:** página 5
- **Cómo obtener atención:** página 8
- **Beneficios adicionales:** página 10
- **Programas de coordinación de la atención y apoyo:** página 11
- **Quejas y apelaciones:** página 12
- **Números importantes:** contraportada



# Fácil para usted. Se lo prometemos.

¡Bienvenido a UnitedHealthcare Community Plan! Queremos que tenga una gran experiencia en la atención médica.

Su plan incluye beneficios médicos y beneficios de salud conductual. La salud conductual incluye tratar la salud mental y los trastornos por abuso de sustancias. No tiene que pagar ningún costo adicional por los beneficios cubiertos.

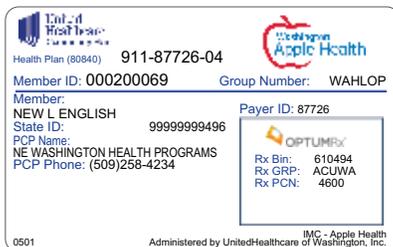
Pronto recibirá una llamada de bienvenida por parte de nuestro equipo de Servicios para Miembros. Le hablarán sobre sus beneficios, responderán sus preguntas y lo ayudarán a completar una evaluación de salud.

Para comenzar, le puede servir ver nuestro video Getting Started (Primeros pasos) en [member.uhc.com/communityplan/public/onboarding](https://member.uhc.com/communityplan/public/onboarding).



SCAN ME

## Lleve estas dos tarjetas cuando vaya a recibir atención.



Esta es su tarjeta de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan. Si no ha recibido esta tarjeta, llámenos al **1-877-542-8997, TTY 711.**

También puede encontrar su tarjeta en [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan) o en la aplicación UnitedHealthcare.

Esta es su tarjeta de servicios de ProviderOne. Si no ha recibido esta tarjeta, comuníquese con la Autoridad de Atención Médica del estado de Washington para solicitar un reemplazo:

- Visite el sitio web del portal para clientes de ProviderOne: [www.waproviderone.org/client](https://www.waproviderone.org/client)
- Llame al **1-800-562-3022**
- O solicite una tarjeta en línea haciendo clic en “Tarjeta de servicios” (Services Card) en [fortress.wa.gov/hca/p1contactus/home/client](https://fortress.wa.gov/hca/p1contactus/home/client).

# Cómo obtener ayuda

Hacemos que obtener la información que necesita sea fácil para usted.

## Estamos aquí para usted

Servicios para Miembros puede ayudarle a realizar lo siguiente:

- Elegir o cambiar su proveedor de atención primaria.
- Encontrar especialistas, hospitales u otros proveedores.
- Obtener información sobre los beneficios cubiertos.
- Obtener una nueva tarjeta de identificación de miembro.
- Presentar una queja o apelación.
- Responder todas las preguntas que tenga.
- Programar una cita

Para comunicarse con Servicios para Miembros, llame al **1-877-542-8997, TTY 711**, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 5 p.m. Si necesita ayuda en otro idioma o información en un formato diferente, solo háganoslo saber.

## Conéctese

- Visite nuestro sitio web para miembros en **myuhc.com/CommunityPlan**. Usted puede hacer lo siguiente:
  - Encontrar detalles sobre sus beneficios
  - Buscar proveedores dentro de la red
  - Aprender cuáles medicamentos recetados están cubiertos
  - Obtener una copia de su tarjeta de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan
- Descargue la aplicación móvil de UnitedHealthcare. Es perfecta para las personas que no se encuentran en casa e incluye muchas de las mismas características que **myuhc.com/CommunityPlan**.
- Visite **UHCCP.com/wa/ahe**. Este sitio web público contiene información básica sobre beneficios, proveedores de la red y más.



24/7

 <p><b>Buscar o cambiar médicos</b></p>	 <p><b>Ver o imprimir una tarjeta de identificación</b></p>
 <p><b>Consultar beneficios</b></p>	 <p><b>Consultar la Lista de Medicamentos Preferidos</b></p>



Servicios para Miembros  
1-877-542-8997, TTY 711



[myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)



Aplicación de UnitedHealthcare

# Solicitud de información del plan



## Manual para Miembros

Incluye detalles sobre sus beneficios y cómo obtener atención. También incluye información sobre los derechos y responsabilidades de los miembros, las directivas anticipadas, cómo presentar una queja o apelación y un Aviso de prácticas de privacidad.



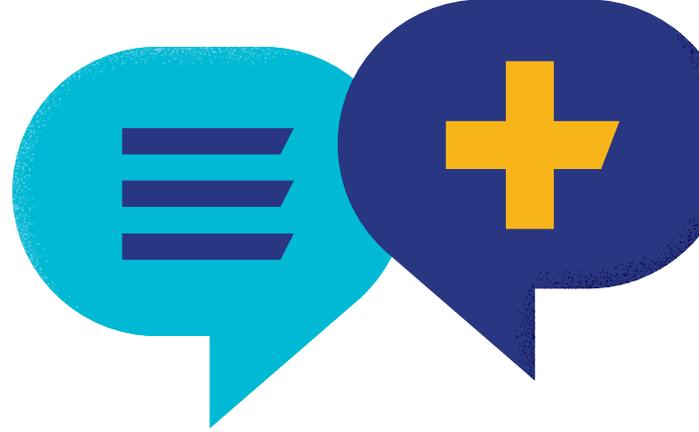
## Directorio de Proveedores

Es una lista de médicos, hospitales y farmacias de la red en su área. Consulte la lista más actualizada de proveedores de la red en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan) y seleccione “Buscar atención” (Find care).



## Lista de Medicamentos Preferidos (PDL)

Es una lista de medicamentos recetados cubiertos. La Autoridad de Atención Médica crea y revisa la Lista de Medicamentos Preferidos (Preferred Drug List, PDL) regularmente. Los medicamentos recetados de la PDL están cubiertos sin costo para usted.



## Háblenos de sus necesidades de salud

Para ayudarlo a sentirse lo mejor posible, necesitamos conocerlo mejor. Una breve evaluación de la salud nos ayuda a conocer sus necesidades de salud. Solo le llevará unos minutos, así que le pedimos que la complete lo antes posible.

### ¿Qué debe hacer?

1. Complete un formulario de Evaluación de Salud para cada persona de su familia que sea miembro de UnitedHealthcare Community Plan.
2. Puede usar el/los formulario(s) incluido(s) en este folleto, o puede completar un formulario en línea en [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan).
3. Envíenos el formulario de Evaluación de Salud completado en el sobre de retorno que se incluye en este paquete.

Para obtener ayuda con su Evaluación de Salud, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

## Cómo obtener estos materiales

**Teléfono:** llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**, para solicitar una copia gratuita de los materiales por correo postal.

**En línea:** visite [myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan), [UHCCP.com/wa/ahe](http://UHCCP.com/wa/ahe), o la **aplicación móvil UnitedHealthcare**.

**Correo postal:** complete el formulario adjunto al sobre incluido en este paquete. Desprenda el formulario, colóquelo en el sobre, séllelo y envíenoslo.

## Sus beneficios cubiertos

Los beneficios cubiertos son provistos sin costo alguno para usted. Debe ir a médicos, hospitales y farmacias de nuestra red. Nuestros especialistas y proveedores han aceptado cuidar de nuestros miembros de Apple Health.

Es posible que para que pueda recibir los beneficios requiera de una derivación del proveedor de atención primaria o de una autorización previa para la atención necesaria.

Descripción general de los beneficios cubiertos	Lo que usted paga
<p><b>Visitas al consultorio</b>                      Visitas al consultorio del médico de atención primaria                      Visitas al consultorio del especialista</p>	\$0
<p><b>Atención preventiva</b>                      Exámenes anuales, exámenes de detección e inmunizaciones</p>	\$0
<p><b>Medicamentos recetados</b>                      Medicamentos de la Lista de Medicamentos Preferidos de Apple Health</p>	\$0
<p><b>Atención de la salud conductual</b>                      Atención de la salud mental para pacientes hospitalizados                      Atención de la salud mental para pacientes ambulatorios                      Tratamiento de trastornos por abuso de sustancias                      Medicamentos para el trastorno por consumo de opioides (Medications for Opioid Use Disorder, MOUD)                      Intervenciones para el tratamiento de trastornos por problemas de adicción al juego                      Servicios en momentos de crisis</p>	\$0
<p><b>Análisis conductual aplicado</b></p>	\$0
<p><b>Dental*</b>                      Exámenes, limpiezas, radiografías, empastes, extracciones y otros servicios dentales limitados</p>	\$0
<p><b>Atención de emergencia y urgencia</b>                      Servicios de ambulancia*                      Atención de emergencia                      Atención de urgencia</p>	\$0
<p><b>Planificación familiar</b>                      Visitas de atención médica para mujeres                      Medicamentos anticonceptivos, dispositivos y suministros                      Anticonceptivos de emergencia</p>	\$0

Los beneficios cubiertos continúan en la página siguiente.



Servicios para Miembros  
 1-877-542-8997, TTY 711



[myuhc.com/CommunityPlan](http://myuhc.com/CommunityPlan)



Aplicación de  
 UnitedHealthcare

Descripción general de los beneficios cubiertos	Lo que usted paga
<b>Audífonos</b> Exámenes, pruebas y terapia de audición de rutina Audífonos monoaurales y binaurales Implantes cocleares bilaterales	\$0
<b>Atención médica domiciliaria</b>	\$0
<b>Cuidados paliativos</b>	\$0
<b>Hospital</b> Atención hospitalaria Atención ambulatoria	\$0
<b>Procedimientos de laboratorio</b> Análisis de laboratorio, radiología y radiografías	\$0
<b>Suministros y equipos médicos</b>	\$0
<b>Transporte médico*</b> Para emergencias Para casos que no son de emergencia	\$0
<b>Centro de enfermería especializada</b>	\$0
<b>Fisioterapia, terapia ocupacional y de lenguaje</b>	\$0
<b>Dejar de fumar (tabaco)</b>	\$0
<b>Transhealth</b> Terapia hormonal Apoyo para la salud conductual Cirugía*	\$0
<b>Visión</b> Exámenes oculares y terapia visual Tarifas de adaptación Anteojos*: de 19 a 20 años solamente	\$0

**Los proveedores no les pueden enviar facturas a los miembros por beneficios cubiertos.**

Si recibe una factura, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

\*Los servicios dentales, de transporte, las cirugías de Transhealth y los anteojos (de 19 a 20 años) están cubiertos directamente por Apple Health; debe usar su tarjeta de servicios de ProviderOne.

## Sus beneficios: más detalles

### Medicamentos recetados

La lista de medicamentos recetados cubiertos se denomina Lista de Medicamentos Preferidos (PDL). La Autoridad de Atención Médica del estado de Washington actualiza esta lista regularmente. Los medicamentos de la PDL están cubiertos sin costo para usted.

Puede que a veces necesite aprobación previa para determinados medicamentos. Este requisito implica que su proveedor nos pedirá permiso antes de recibir el medicamento.

Qué hacer:

- Verificar si su medicamento recetado está en la PDL.
- Surtir sus medicamentos recetados en cualquier farmacia de nuestra red.
- Mostrar su tarjeta de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan en la farmacia.

Puede encontrar la PDL y una lista de farmacias en [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan) o llamando a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**. Si tiene preguntas sobre sus medicamentos recetados, consulte a su médico.

### Medicamentos recetados por correo postal

Puede recibir sus medicamentos recetados directamente en su hogar. Reciba un suministro de hasta 90 días de medicamentos cubiertos. Este servicio no aplica para todos los medicamentos. Visite [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan), Pharmacies & Prescriptions, Rx Account para obtener más información.



### Transporte

El transporte médico que no se necesita de emergencia está cubierto por la Autoridad de Atención Médica del estado de Washington. Si necesita traslado para recibir atención médica, se puede coordinar el transporte. Puede encontrar una lista de proveedores (agentes) en [hca.wa.gov/transportation-help](https://hca.wa.gov/transportation-help). El transporte de emergencia también está cubierto.

### Atención de la vista

Los exámenes oftalmológicos están cubiertos por UnitedHealthcare Community Plan. Busque un centro de atención de la vista cerca de usted en [MarchVisionCare.com](https://MarchVisionCare.com) o llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

### Anteojos

- Miembros de 19 a 20 años de edad: Los anteojos están cubiertos por la Autoridad de Atención Médica del estado de Washington con su tarjeta de servicios de ProviderOne. Llame al Servicio al Cliente de la Autoridad de Atención Médica del estado de Washington al **1-800-562-3022** o consulte la lista de “Proveedores de anteojos” (Eyewear Supplier) en [fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider](https://fortress.wa.gov/hca/p1findaprovider).
- Miembros de 21 años o más: Consulte los beneficios adicionales de UnitedHealthcare Community Plan en la página 10.

### Atención dental

Sus beneficios dentales están cubiertos directamente por Apple Health con su tarjeta de servicios de ProviderOne. Para obtener más información, llame al Servicio al Cliente de la Autoridad de Atención Médica del estado de Washington al **1-800-562-3022** o visite [hca.wa.gov/dental-services](https://hca.wa.gov/dental-services). Para encontrar un proveedor dental que acepte Apple Health, visite [DentistLink.org](https://DentistLink.org).





## Cómo obtener atención

### Servicio NurseLine disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Cuando está enfermo o sufre una lesión, quizá no sepa si debe acudir a la sala de emergencias, ir a un centro de atención de urgencia, programar una cita con el médico o tratarse en su hogar. El personal de enfermería experimentado puede ayudarle a decidir.

Llame a NurseLine al **1-877-543-3409**, TTY **711**, en cualquier momento, las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

### Telesalud (atención virtual)

Si no puede ir al médico, quiere atención después del horario o no tiene ayuda con el cuidado infantil, la telesalud podría ser una opción.

- Consulte en el consultorio de su médico si ofrece visitas de telesalud.
- Hable con un médico en minutos usando UHC Doctor Chat, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Obtenga respuestas, tratamiento y recetas desde donde se encuentre. Descargue la aplicación Doctor Chat hoy.

### Atención de rutina

Visite a su médico de cabecera (Primary Care Provider, PCP) para realizarse controles regulares, vacunarse y cuando esté enfermo con un resfrío o una gripe. También puede hablarle sobre cualquier problema de salud conductual o ayudarlo a saber si debe consultar a otros especialistas.

El nombre y el número de teléfono de su médico de cabecera se encuentran en su tarjeta de identificación de UnitedHealthcare Community Plan. Para cambiar de PCP, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

### Atención de emergencia y de urgencia

- **Atención de emergencia:** en caso de que tenga dolor de pecho, sangrado abundante, problemas para respirar, erupciones alérgicas graves o si siente que podría lastimar a alguien o a usted mismo. Llame al **911** o diríjase a la sala de emergencias más cercana de inmediato.
- **Atención de urgencia:** en caso de enfermedades o lesiones que necesitan atención rápida como esguinces, cortes, dolores de garganta, quemaduras leves, erupción, fiebre o infecciones. Encuentre una clínica de atención de urgencia en la pestaña “Buscar atención” (Find care) en **myuhc.com/CommunityPlan**.

### Atención preventiva

Los exámenes de bienestar con su PCP son importantes para mantenerse saludable. Los exámenes de bienestar anuales pueden ayudarle a abordar cualquier problema médico o conductual.

## Cómo obtener atención (continuación)

### Atención de la salud conductual

Puede obtener ayuda para la salud mental y el trastorno por abuso de sustancias. No necesita un referido del PCP. Puede encontrar un proveedor buscando en la pestaña “Buscar atención” (Find Care) en [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan) o llamar a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

Si tiene una crisis de salud mental, busque ayuda de inmediato. Una crisis de salud mental es cuando el comportamiento de una persona puede poner en peligro a ella o a los demás.

Para comunicarse con la Línea de ayuda para crisis, consulte el reverso de su tarjeta de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan o la sección “Números importantes” que se encuentra en el reverso de esta Guía.

### Telesalud (atención virtual de salud conductual)

La telesalud le permite visitar a un proveedor de salud conductual en línea a través de su teléfono o computadora, como si hiciera una videollamada. Es útil para recibir atención sin necesidad de ir hasta el consultorio del proveedor.

La telesalud es un beneficio cubierto. Puede recibir atención de cualquiera de estos proveedores de telesalud:

**Bright Heart Health:** salud mental, abuso de opioides, trastorno por abuso de sustancias, trastornos alimenticios, medicamentos para el trastorno por consumo de opioides y manejo del dolor crónico.

- **1-800-892-2695**
- **brighthearthealth.com**

**Eleanor Health:** tratamiento de trastornos por abuso de sustancias.

- **eleanorhealth.com**

**BoulderCare:** tratamiento de trastornos por abuso de sustancias.

- **boulder.care**

### Obtener ayuda de un defensor de la salud conductual

Un defensor de la salud conductual es alguien que puede ayudarlo de forma gratuita y mantener la privacidad de su información. Puede ayudarlo si tiene problemas con la atención de la salud conductual, como quejas o apelaciones.

Un defensor de la salud conductual no forma parte de UnitedHealthcare Community Plan y tiene experiencia en salud conductual, ya sea a nivel personal o familiar.

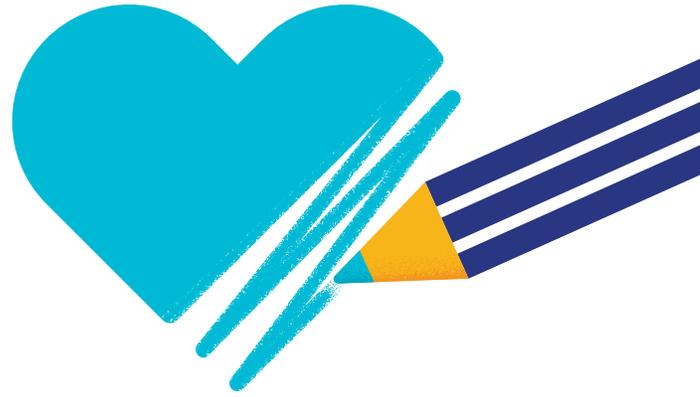
Puede comunicarse con un defensor de la salud conductual llamando al **1-800-366-3103** o enviando un correo electrónico a **info@obhadvocacy.org**.

### Recursos que puede usar ahora mismo

**Live and Work Well:** explore recursos sobre salud conductual, relaciones, vida laboral y vida saludable. Visite [liveandworkwell.com/en/member/uhcwa](https://liveandworkwell.com/en/member/uhcwa).

**Busque ayuda:** encuentre ayuda local para comestibles, vivienda, empleo y más en **Optum.findhelp.com** o visite la pestaña “Salud y bienestar” (Health & Wellness) en [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan).





## Beneficios adicionales de UnitedHealthcare

Como miembro de UnitedHealthcare Community Plan, usted recibe beneficios adicionales sin costo alguno. Estos beneficios se suman a los beneficios de Apple Health. Llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711** para obtener más detalles.

### Recompensas para los miembros

Obtenga recompensas por realizar visitas importantes de atención preventiva, como visitas de control para niños sanos, vacunas, exámenes de detección de cáncer de mama y control de diabetes. Puede ganar hasta \$200 en tarjetas de regalo por año. Los miembros elegibles recibirán una notificación por correo postal o electrónico.

### AbleTo

Use la aplicación de cuidado personal para acceder a herramientas de salud emocional, como meditaciones y ejercicios de respiración. Visite [ableto.com/begin](https://ableto.com/begin). Utilice su número de identificación de miembro de UnitedHealthcare Community Plan como su código de acceso.

### Apoyo de transición para personas que estuvieron en cárceles y centros de detención

Reciba servicios de coordinación de atención y una bolsa de lona con artículos esenciales al salir de un entorno carcelario. Para encontrar a su administrador de casos asignado, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.

### UnitedHealthcare OMW™ (On My Way)

Este programa ayuda a enseñar a los adultos jóvenes habilidades para vivir de manera independiente. Visite [uhcOMW.com](https://uhcOMW.com).

## Obtenga información sobre los programas de coordinación de la atención y apoyo

Los miembros de UnitedHealthcare Community Plan obtienen programas gratuitos de coordinación de la atención y apoyo. Programas como el Apoyo para el cáncer, el Manejo de la diabetes y el Manejo de casos complejos lo ayudan a lidiar con los problemas y mantenerse lo más saludable posible.

### Los servicios pueden incluir lo siguiente:

- Ayuda con problemas de atención y beneficios
- Conectividad con los recursos de la comunidad
- Coordinación de la atención con sus médicos y organización de equipos médicos
- Ayuda con la resolución de problemas que dificultan la obtención de atención
- Evaluación de sus necesidades de salud y ayuda para establecer objetivos
- Comunicación por teléfono y coordinación de visitas domiciliarias cuando sea necesario
- Enseñanza de habilidades de cuidado personal y educación sobre la salud para manejar los síntomas
- Aumento de la conciencia e información para tomar mejores decisiones sobre cuidados paliativos y de hospicio



Para comunicarse con un programa de apoyo o de coordinación de la atención, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.





## ¿No está conforme con su proveedor, UnitedHealthcare o alguna parte de su atención?

### Quejas

Tiene derecho a presentar una queja (reclamación) si no está conforme con el servicio.

- Llame a Servicios para Miembros y diga: “Quiero presentar una reclamación”.
- Explique la causa de su queja.
- Revisaremos su queja y le enviaremos una carta en un plazo de 45 días con el resultado.

### Apelaciones

Si su proveedor nos solicitó la aprobación de su atención y la denegamos, puede pedirnos que volvamos a revisar la solicitud si no está de acuerdo con nuestra decisión. Este proceso se llama apelación.

#### Para presentar una apelación:

- Llame a Servicios para Miembros y diga: “Quiero presentar una apelación”.
- Explique qué solicitud fue denegada.
- Nos pondremos en contacto con su proveedor para obtener más información.
- Por lo general, recibirá una carta con la decisión tomada dentro de 14 días. Si necesitamos más tiempo, se lo comunicaremos.

#### Para presentar una apelación acelerada (rápida):

Para la atención médica o de salud conductual, puede solicitar una apelación acelerada.

- Llame a Servicios para Miembros y diga: “Quiero presentar una apelación acelerada”.
- Explique por qué necesita que se tome una decisión rápida.
- Revisaremos su solicitud y tomaremos una decisión en un plazo de 3 días, y le enviaremos una carta en un plazo de 5 días.

#### En caso se deniegue su apelación

- Servicios para Miembros puede informarle cómo solicitar una revisión por parte de un juez administrativo y qué otras opciones tiene para obtener la aprobación de la atención.

Puede encontrar información detallada sobre reclamaciones y apelaciones en su Manual para Miembros en [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan).

#### Cómo presentar una reclamación o apelación:

- Llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**.
- Escríbanos a:  
**UnitedHealthcare Community Plan  
Grievances and Appeals**  
P.O. Box 31364  
Salt Lake City, UT 84131-0364
- Envíenos un fax: 1-801-994-1082
- O visítenos en línea en [myuhc.com/CommunityPlan](https://myuhc.com/CommunityPlan).

**La discriminación es ilegal.** La compañía cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina, excluye ni trata de manera diferente a las personas debido a su raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad, sexo, orientación sexual ni identidad de género.

Si cree que le tratamos de manera discriminatoria, puede enviar una queja formal a nuestro Coordinador de Derechos Civiles.

**Correo electrónico:** [UHC\\_Civil\\_Rights@uhc.com](mailto:UHC_Civil_Rights@uhc.com)

**Correo postal:** Civil Rights Coordinator  
UnitedHealthcare Civil Rights Grievance  
P.O. Box 30608, Salt Lake City, UT 84130

Si necesita ayuda con su reclamo, llame al **1 877 542 8997**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

También puede presentar un reclamo ante la Oficina de Derechos Civiles del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.:

**En línea:** <https://www.hhs.gov/civil-rights/filing-a-complaint/index.html>

**Teléfono:** Línea gratuita 1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

**Correo postal:** U.S. Department of Health and Human Services  
200 Independence Ave SW, HHH Building, Room 509F  
Washington, D.C. 20201

Proporcionamos ayuda y servicios auxiliares gratuitos a personas con discapacidades para que puedan comunicarse con nosotros de manera efectiva, por ejemplo:

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

Ofrecemos también servicios de idioma gratuitos a las personas cuyo idioma principal no es el inglés, por ejemplo:

- Intérpretes calificados
- Información escrita en otros idiomas

Si necesita estos servicios, llame a Servicios para Miembros al **1-877-542-8997**, TTY **711**, de 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

Este aviso está disponible en

<https://www.uhc.com/legal/nondiscrimination-and-language-assistance-notice>.

# 1-877-542-8997, TTY 711

**English:** ATTENTION: Translation and other language assistance services are available at no cost to you. If you need help, please call the number above.

**Spanish:** ATENCIÓN: La traducción y los servicios de asistencia de otros idiomas se encuentran disponibles sin costo alguno para usted. Si necesita ayuda, llame al número que se indica arriba.

**Amharic:** ማሳሰቢያ፡- የትርጉም እና ሌሎች የቋንቋ ድጋፍ አገልግሎቶችን ያለ ምንም ወጪ ማግኘት ይችላሉ። እርዳታ ከፈለጉ እባክዎ ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ።

**Arabic:** تنبيه: تتوفر خدمات الترجمة وخدمات المساعدة اللغوية الأخرى لك مجانًا. إذا كنت بحاجة إلى المساعدة، يُرجى الاتصال بالرقم أعلاه.

**Burmese:** သတိပေးရန်- သင့်အတွက် အခကြေးငွေ ကုန်ကျမှု မရှိဘဲ ဘာသာပြန်ဆိုခြင်းနှင့် အခြားသော ဘာသာစကား အကူအညီ ဝန်ဆောင်မှုများကို ရယူနိုင်ပါသည်။ အကူအညီလိုအပ်ပါက အထက်ပါဖုန်းနံပါတ်ကို ခေါ်ဆိုပါ။

**Cambodian:** យកចិត្តទុកដាក់៖ ការបកប្រែ និងសេវាជំនួយផ្នែកភាសាផ្សេងទៀត គឺអាចរកបានដោយ ឥតគិតថ្លៃសម្រាប់អ្នក។ ប្រសិនបើអ្នកត្រូវការជំនួយ សូមហៅទូរសព្ទមកលេខខាងលើ។

**Chinese:** 注意：您可以免費獲得翻譯及其他語言協助服務。如果您需要協助，請致電上列電話號碼。

**Korean:** 참고: 번역 및 기타 언어 지원 서비스를 무료로 제공해 드립니다. 도움이 필요하시면 위에 명시된 번호로 전화해 주십시오.

**Laotian:** ເຊີນຊາບ: ມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອໃນການແປພາສາ ແລະ ພາສາອື່ນໆໃຫ້ແກ່ທ່ານໂດຍບໍ່ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ. ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ, ກະລຸນາໃບຫາເບີຂ້າງເທິງ.

**Oromo:** FUULEFFANNAA: Tajaajiloonni hiikkaa fi deeggarsa afaanii biroon kaffaltii tokko malee isiniif kennamu. Gargaarsa yoo barbaaddan, lakkoofsa armaan ol jiruun bilbilaa.

**Persian:** توجه: خدمات ترجمه و سایر کمک‌های زبانی به صورت رایگان در اختیار شما قرار دارد. اگر به کمک نیاز دارید، با شماره بالا تماس بگیرید.

**Punjabi:** ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਖਰਚ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਪਰੋਕਤ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

**Romanian:** ATENȚIE: Sunt disponibile gratuit servicii de traducere și alte servicii de asistență lingvistică. Dacă aveți nevoie de ajutor, vă rugăm să apelați numărul de mai sus.

**Russian:** ВНИМАНИЕ! Услуги перевода, а также другие услуги языковой поддержки предоставляются бесплатно. Если вам требуется помощь, пожалуйста, позвоните по указанному выше номеру.

**Somali:** Turjumaada iyo adeegyada kale ee kaalmada luuqadda waxaad ku heleysaa lacag la'aan. Haddii aad u baahan tahay adigu caawimaad, fadlan wac lambarka kor kuqoran.

**Swahili:** ANGALIA: Tafsiri na huduma zingine za usaidizi wa lugha zinapatikana bila gharama kwako. Ikiwa unahitaji msaada, tafadhali piga simu kwa nambari iliyo hapo juu.

**Tagalog:** ATENSYON: Ang pagsasalin at iba pang mga serbisyong tulong sa wika ay magagamit mo nang walang bayad. Kung kailangan mo ng tulong, mangyaring tawagan ang numero sa itaas.

**Tigrigna:** ኣቓልቡ:- ናይ ትርጉምን ካልእ ናይ ቋንቋ ኣገዝ ኣገልግሎታትን ብዘይ ዝኸነ ወዳኢታት ይወሃቡኩም። ኣገዝ ምስ እትደልዩ ባዚ ኣብ ላዕሊ ዘሎ ቁጽረ ደውሉ።

**Ukrainian:** УВАГА! Послуги перекладу та інші послуги мовної підтримки надаються вам безкоштовно. Якщо вам потрібна допомога, будь ласка, зателефонуйте за вказаним вище номером.

**Vietnamese:** CHÚ Ý: Dịch vụ dịch thuật và hỗ trợ ngôn ngữ khác được cung cấp cho quý vị miễn phí. Nếu quý vị cần trợ giúp, vui lòng gọi số ở trên.

**Kosraean:** MWE AHK KAHLWEMYE: Asr kahsruh in kas in lweng kuh luhngas e wacngihn molo nuh sum. Efihn kom enenuh kahsruh, nuhnakmuhnas pahngon numbu se sihmlac luhng nge.

**Marshallese:** KŌJJELĀ: Jipañ ko ikkijien ukook ilo peba im kajin ko jet rej belloko ilo ejjelok wōñāñ ñan eok. Ñe kwōj aikuj jipañ, jōuj im kall e nōmba eo itulōñ.

**Palauan:** ATTENTION: Ngeseu er a oidel a tekoi me a bebil er a tekoi a ngar er ngii el diak el ocheraol. A lsekum kousbech a ngeseu, momekedong er tia el dengua el ngar er eou.

**Pohnpeian:** MEHN KAPEHSE: Sawas en kawehwe oh soangen sahpis teikan ohng ekei lokaia kak koda me ke sohte pain pwain. Mah ke anahne sawas, menlau eker nempe me sansal pah.

**Chuukese:** ESINESIN: Angangen chiaku me aninnis non kapasen fonu ese nifinifin mei kawor non an ese kamo ngonuk. Ika epwe wor chon anisuk, kose mochen kokkori ena nampa asan.

**Yapese:** MARANG'AG: Pilyeg e thin nge ayuw ko boch e sabethin e kubaaq ni dariy pulwon. Faanra bt'uf e ayuw rom, wenig ngom mu denguwa nag e pii numba ni baaray nga lang.

# Números y recursos importantes

## Emergencia

**911**

## Servicios para Miembros

**1-877-542-8997, TTY 711**

De 8 a.m. a 5 p.m., de lunes a viernes.

## Autoridad de Atención Médica del estado de Washington

Servicio al Cliente: **1-800-562-3022**

Servicios dentales: **1-800-562-3022**

Transporte: **[hca.wa.gov/transportation-help](http://hca.wa.gov/transportation-help)**

## Líneas de crisis

Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

### Condado de King

1-866-427-4747

### Condado de Pierce

1-800-576-7764

### Condados de Island, San Juan, Snohomish, Skagit y Whatcom

1-800-584-3578

### Condados de Clallam, Jefferson y Kitsap

1-888-910-0416

### Condados de Thurston y Mason

1-800-270-0041

### Condados de Cowlitz, Grays Harbor, Lewis, Pacific y Wahkiakum

1-800-803-8833

### Condados de Asotin, Benton, Columbia, Franklin, Garfield, Kittitas, Walla Walla, Whitman y Yakima

1-888-544-9986

### Condados de Chelan, Douglas, Grant y Okanogan

1-800-852-2923

### Condados de Clark, Klickitat y Skamania

1-800-626-8137

### Condados de Adams, Ferry, Lincoln, Pend Oreille, Spokane y Stevens

1-877-266-1818

## NurseLine de UnitedHealthcare

Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

1-877-543-3409, TTY 711

## Enlace para adolescentes

Los adolescentes pueden conectarse con adolescentes de 6 p.m. a 10 p.m.

**1-866-833-6546**

Correo electrónico: **[teenlink@crisisclinic.org](mailto:teenlink@crisisclinic.org)**  
**[teenlink.org](http://teenlink.org)**

## Red Nacional de Prevención del Suicidio

Ayuda inmediata las 24 horas del día, los 7 días de la semana, por una crisis de salud mental o pensamientos suicidas

**Llame o envíe un mensaje de texto al 988**

**[988lifeline.org](http://988lifeline.org)**

## Línea de ayuda para la recuperación de Washington

Línea de intervención en crisis y derivación las 24 horas para casos de abuso de sustancias, problemas de apuestas o salud conductual.

Correo electrónico: **[recovery@crisisclinic.org](mailto:recovery@crisisclinic.org)**  
**[warecoveryhelpline.org](http://warecoveryhelpline.org)**

## Línea de ayuda para trastornos por consumo de sustancias

1-855-780-5955

**[liveandworkwell.com/recovery](http://liveandworkwell.com/recovery)**

## Línea directa para denuncias de fraude y abuso de UnitedHealthcare

1-844-359-7736

## Unidad de Control de Fraudes de Medicaid de Washington

**[MFCUreferrals@atg.wa.gov](mailto:MFCUreferrals@atg.wa.gov)**

## Washington Healthplanfinder

Para renovar la elegibilidad o cambiar la dirección o el número de teléfono

1-855-923-4633, TTY/TDD 1-855-627-9604  
**[wahealthplanfinder.org](http://wahealthplanfinder.org)**

