

# AETNA BETTER HEALTH® OF OHIO a MyCare Ohio plan



Verano 2017

## Lista de Medicamentos Cubiertos

Nuestra Lista de Medicamentos Cubiertos (o “Lista de Medicamentos”, para abreviar) le indica qué medicamentos recetados están cubiertos por Aetna Better Health of Ohio.

En la Lista de Medicamentos también se informa si hay alguna regla o restricción para algún medicamento, como el límite en la cantidad que puede obtener. Consulte el Capítulo 5 del Manual para

Miembros para obtener más información acerca de estas reglas y restricciones.

Cada año, le enviaremos una copia de la Lista de Medicamentos, pero es posible que se produzcan algunos cambios durante el año.

Para obtener la información más actualizada sobre qué medicamentos están cubiertos, puede visitar el sitio web del plan en **[www.aetnabetterhealth.com/ohio](http://www.aetnabetterhealth.com/ohio)** o llamar a Servicios para Miembros al **1-855-364-0974, Opción 1** (TTY: **711**), las 24 horas del día, los 7 días de la semana. También encontrará información sobre:

- Medicamentos cubiertos
- Copagos, incluidos los niveles
- Medicamentos que requieren autorización previa
- Límites para las repeticiones, dosis o recetas
- Uso de los procesos de sustitución por genéricos, intercambios terapéuticos o terapia escalonada

## Lleve un control

### Algunas pruebas de detección y autoexámenes que debe hacerse

No se puede negar la popularidad que tienen actualmente los proyectos de tipo “hágalo usted mismo”. Nos encanta ponernos el overol y comenzar a trabajar. Pero, ¿qué ocurre con los exámenes médicos que pueden alertarnos sobre posibles problemas de salud? ¿Podemos hacernos algunos de esos exámenes también por nuestra cuenta?

Ciertamente necesitará un médico para la mayoría de los exámenes y las pruebas de detección. Sin embargo, hay algunos chequeos que puede hacérselos usted mismo, generalmente con la información o recomendación de un médico. Más abajo se describen ejemplos de los dos casos. Tenga en cuenta que son pautas generalizadas. Es posible que necesite pruebas de detección de forma anticipada, con más frecuencia o que no las necesite en absoluto. Pregúntele a su médico qué es lo adecuado para usted.

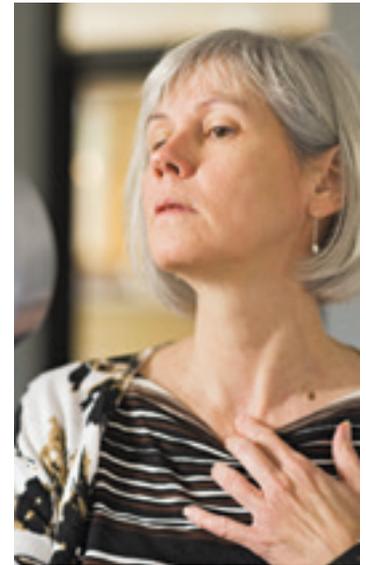
#### En su casa

- Párese sobre una balanza. Escriba el resultado (más su estatura) en una calculadora de índice de masa corporal (IMC), como esta, para saber si tiene sobrepeso u obesidad: [www.morehealth.org/bmi](http://www.morehealth.org/bmi).
- Mídase la cintura. Coloque una cinta justo por encima de los huesos de la cadera, exhale y mida. Si la medición de la cintura supera las 40 pulgadas para los hombres o las 35 para las mujeres, aumenta el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 y enfermedad del corazón.
- Revísese los pies si tiene diabetes. Es posible que su médico le pida que controle si tiene llagas u otros problemas y que los informe antes de que se conviertan en infecciones graves.
- Revísese la piel para detectar cáncer. Los autochequeos frecuentes de la piel (por ejemplo, mensuales) pueden ayudarle a detectar cáncer de forma anticipada. Debe mostrarle a su médico los lunares cambiantes, las manchas u otras zonas de la piel que parezcan preocupantes.

- Controle su presión arterial. Es posible que su médico le pida que use un monitor portátil en su casa si, por ejemplo, tiene presión arterial alta al límite, o si las lecturas podrían ser altas solo en el consultorio del médico.

#### En el consultorio de un proveedor

- Mamografías. Desde los 45 hasta los 54 años, las mujeres deben hacerse pruebas de detección de cáncer de mama anuales, y cambiar la frecuencia a cada dos años después de esa edad.
- Colonoscopia. A partir de los 50 años, se recomiendan las colonoscopias u otras pruebas de detección para hombres y mujeres para ayudar a prevenir el cáncer colorrectal o para detectarlo de forma anticipada.
- Pruebas de Papanicolaou. A partir de los 21 años, las pruebas de Papanicolaou regulares ayudan a que las mujeres se protejan contra el cáncer de cuello de útero.
- Control de la presión arterial. Pídale a su médico que le controle la presión arterial cada dos años, como mínimo,



y con mayor frecuencia si tiene determinadas afecciones, como diabetes o enfermedad del corazón.

- Análisis de sangre para controlar el colesterol. Hágaselos a partir de los 35 años, o de los 20 años si tiene factores de riesgo, como diabetes, presión arterial alta o enfermedad del corazón.

*Fuentes: Agency for Healthcare Research and Quality; American Academy of Family Physicians; American Cancer Society; U.S. National Library of Medicine*

---

## Una nota sobre cómo tomamos las decisiones de cobertura

Las decisiones de Aetna Better Health of Ohio se toman basadas solo en la adecuación de la atención y la cobertura de servicios y beneficios. No premiamos al personal por denegar

la cobertura. Además, no ofrecemos incentivos financieros a quienes toman las decisiones clínicas.

## ¿Problemas sin resolver? ¡Llame a un defensor!

Si bien los defensores de la atención a largo plazo son conocidos por defender a los residentes de casas de reposo, el programa hace mucho más que eso. La misión de la Defensoría de Atención a Largo Plazo Estatal es defender la excelencia en los servicios y apoyos a largo plazo donde sea que vivan los consumidores. Los defensores intentan resolver problemas y defender a los consumidores, incluidos los miembros de MyCare Ohio. Los servicios de defensoría son gratuitos y confidenciales.

En los últimos años, los defensores han ayudado a miles de miembros de MyCare Ohio a comprender sus beneficios y derechos, así como también a resolver quejas relacionadas con los planes y los proveedores de MyCare Ohio. Han ayudado con temas como transporte, equipos en el hogar, servicios de atención domiciliaria y acceso a atención médica de calidad. Los defensores también informan al Departamento de Medicaid de Ohio y los planes de atención administrada sobre problemas populares y sugerencias de cambios.

Comuníquese con la Defensoría de Atención a Largo Plazo Estatal al 1-800-282-1206 para recibir ayuda u obtenga más información en: [www.aging.ohio.gov/services/ombudsman](http://www.aging.ohio.gov/services/ombudsman).

## ¿Por qué su IMC es importante?

Mantener un peso saludable es parte de tener una buena salud. Y una manera de controlar el peso es calcular el IMC.

Su IMC es un número que se basa en la estatura y el peso. Le puede dar una idea de cuánta grasa corporal tiene.

Un IMC de:

- Menos de 18.5 significa bajo de peso.
- 18.5 a 24.9 es peso normal.
- 25.0 a 29.9 es sobrepeso.
- 30.0 o más es obesidad.

Cuanto mayor sea su IMC, mayor es el riesgo de

desarrollar un problema de salud grave, como diabetes, enfermedad cardíaca e incluso cáncer.

Su médico le puede decir cuál es su IMC. También puede calcularlo en línea en [www.morehealth.org/BMIcalculator](http://www.morehealth.org/BMIcalculator).

*Fuentes: American Academy of Family Physicians; Centers for Disease Control and Prevention*

## Qué hay en el humo del cigarrillo

### Se sabe que causa cáncer

**Arsénico** Se encuentra en venenos para ratas y pesticidas

**Benceno** Se encuentra en el cemento de caucho transparente y la gasolina

**Cadmio** Se encuentra en el ácido de las baterías

**Formaldehído** Se utiliza en el líquido para embalsamar

### Puede causar cáncer

**Plomo** Se utiliza en las baterías

**Naftaleno** Se encuentra en las bolas repelentes para polillas

**Tolueno** Se utiliza para fabricar disolventes de pinturas

### Algunos de los otros químicos dañinos

**Acetona** Se encuentra en el removedor de esmalte para uñas

**Ácido acético** Se encuentra en las tinturas para el cabello

**Amoniaco** Se utiliza en limpiadores de uso hogareño

**Butano** Se encuentra en el líquido para encendedores

**Monóxido de carbono** Se encuentra en los gases de escape de los automóviles

**Hexamina** Se encuentra en el fluido para encender la barbacoa

**Cianuro de hidrógeno** Se utiliza como arma química

**Metanol** Se encuentra en el combustible de cohetes y en los anticongelantes

**Nicotina** Se utiliza como insecticida



## Manual para Miembros

Consulte la siguiente información en su Manual para Miembros y en nuestro sitio web en [www.aetnabetterhealth.com/ohio](http://www.aetnabetterhealth.com/ohio).

- Beneficios y servicios incluidos en su plan de salud y los que no están cubiertos
- Procedimientos de gestión farmacéutica
- Copagos
- Restricciones de los beneficios fuera del área de servicio de Aetna
- Cómo recibir asistencia en su idioma
- Cómo presentar una reclamación
- Cómo obtener información sobre los médicos de la red de Aetna
- Cómo obtener servicios de atención primaria
- Cómo obtener atención especializada y servicios de salud del comportamiento
- Cómo obtener atención de emergencia
- Cómo obtener atención y cobertura fuera del área de servicio de Aetna
- Cómo presentar una queja
- Cómo apelar una decisión
- Cómo Aetna evalúa la nueva tecnología para incluirla en la cobertura

## Derechos y responsabilidades de los miembros

Como miembro de Aetna Better Health of Ohio, usted tiene estos derechos:

- Derecho a recibir información sobre Aetna, nuestros servicios, nuestros profesionales y proveedores, y los derechos y las responsabilidades de los miembros
- Derecho a ser tratado con respeto y reconocimiento de su dignidad y derecho a la privacidad
- Derecho a participar con los profesionales en la toma de decisiones relacionadas con la atención médica
- Derecho a una conversación sincera sobre las opciones de tratamiento apropiadas o necesarias por razones médicas para sus afecciones, independientemente del costo o la cobertura de beneficios
- Derecho a manifestar quejas o apelaciones sobre Aetna o la atención que ofrecemos

- Derecho a hacer recomendaciones sobre la política de derechos y responsabilidades de los miembros de Aetna

También tiene estas responsabilidades:

- Responsabilidad de ofrecer información (en la medida en que sea posible) que Aetna y nuestros profesionales y proveedores necesiten para brindar atención
- Responsabilidad de cumplir con los planes y las instrucciones para el cuidado que los profesionales le indicaron y con los que usted estuvo de acuerdo
- Responsabilidad de entender sus problemas de salud y participar en la elaboración de metas de tratamiento acordadas mutuamente en la medida en que sea posible



## No olvide su tarjeta de identificación

Recuerde mostrar su tarjeta de identificación de Aetna Better Health of Ohio en la recepción cada vez que visite a su médico. Su tarjeta de identificación contiene toda la información necesaria que los consultorios médicos necesitan para facturar a Aetna Better Health of Ohio por sus servicios médicos.

Si recibe una factura de un consultorio médico o de cualquier otro proveedor de atención médica, asegúrese de llamar al Departamento de Servicios para Miembros al **1-855-364-0974** (TTY: **711**). Estamos disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

La información de su tarjeta de identificación es confidencial y nunca debe compartirla con nadie excepto con sus proveedores de atención médica, representantes autorizados o el personal de Aetna Better Health of Ohio.

**AETNA BETTER HEALTH OF OHIO**

7400 W. Campus Rd.  
New Albany, OH 43054



Aetna, Inc. complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. Aetna, Inc. does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Aetna, Inc.:

- Provides free aids and services to people with disabilities to communicate effectively with us, such as:
  - Qualified sign language interpreters
  - Written information in other formats (large print, audio, accessible electronic formats, other formats)
- Provides free language services to people whose primary language is not English, such as:
  - Qualified interpreters
  - Information written in other languages

If you need these services, contact Aetna Medicaid Civil Rights Coordinator

If you believe that Aetna, Inc. has failed to provide these services or discriminated in another way on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex, you can file a grievance with: Aetna Medicaid Civil Rights Coordinator, 4500 Cotton Center Blvd., Phoenix, AZ 85040, 1-888-234-7358, TTY 711, 860-900-7667, MedicaidCRCoordinator@aetna.com. You can file a grievance in person or by mail, fax, or email. If you need help filing a grievance, Aetna Medicaid Civil Rights Coordinator is available to help you.

You can also file a civil rights complaint with the U.S. Department of Health and Human Services, Office for Civil Rights, electronically through the Office for Civil Rights Complaint Portal, available at <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, or by mail or phone at:

U.S. Department of Health and Human Services

200 Independence Avenue, SW

Room 509F, HHH Building

Washington, D.C. 20201

1-800-368-1019, 800-537-7697 (TDD)

Complaint forms are available at <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

[www.aetnabetterhealth.com/ohio](http://www.aetnabetterhealth.com/ohio)

OH-16-09-04

## Multi-language Interpreter Services

**ENGLISH:** ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call the number on the back of your ID card or **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

**SPANISH:** ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al número que aparece en el reverso de su tarjeta de identificación o al **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

**CHINESE:** 注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電您的 ID 卡背面的電話號碼或 **1-800-385-4104** (TTY: **711**)。

**GERMAN:** ACHTUNG: Wenn Sie deutschen sprechen, können Sie unseren kostenlosen Sprachservice nutzen. Rufen Sie die Nummer auf der Rückseite Ihrer ID-Karte oder **1-800-385-4104** (TTY: **711**) an.

**ARABIC:** ملحوظة: إذا كنت تتحدث باللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل على الرقم الموجود خلف بطاقتك الشخصية أو على **1-800-385-4104** (للصم والبكم: **711**).

**PENN DUTCH:** Geb Acht: Wann du Deitsch Pennsilfaanisch Deitsch schwetzsch, kannscht du mitaus Koschte ebber gricke, ass dihr helft mit die englisch Schprooch. Ruf die Nummer uff, ass hinne uff dei ID card iss, odder ruf **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

**RUSSIAN:** ВНИМАНИЕ: если вы говорите на русском языке, вам могут предоставить бесплатные услуги перевода. Позвоните по номеру, указанному на обратной стороне вашей идентификационной карточки, или по номеру **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

**FRENCH:** ATTENTION: si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le numéro indiqué au verso de votre carte d'identité ou le **1-800-385-4104** (ATS : **711**).

**VIETNAMESE:** CHÚ Ý: nếu bạn nói tiếng việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Hãy gọi số có ở mặt sau thẻ id của bạn hoặc **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

**SOMALI (CUSHITE):** FEEJIGNAAN: Haddii af-Soomaali aad ku hadasho, adeegyada gargaarka luqadda, oo bilaash ah, ayaad heli kartaa. Wac lambarka ku qoran dhabarka dambe ee kaarkaaga aqoonsiga ama **1-800-385-4104** (Kuwa Maqalka ku Adag **711**).

**OROMO (CUSHITE):** Hubadhu: yoo Oromoo dubbatta ta'ee, gargaarsa tajaajiloota afaanii, kaffaalitti bilisaa ni jiraa siif. Lakkoofsa bilbiilaa ID kee duuba irraa jiruun yookiin **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

**KOREAN:** 주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 귀하의 ID 카드 뒷면에 있는 번호로나 **1-800-385-4104** (TTY: **711**) 번으로 연락해 주십시오.

**ITALIAN:** ATTENZIONE: Nel caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuita. Chiamare il numero sul retro della tessera oppure il numero **1-800-385-4104** (utenti TTY: **711**).

**JAPANESE:** 注意事項:日本語をお話になる方は、無料で言語サポートのサービスをご利用いただけます。IDカード裏面の電話番号、または**1-800-385-4104** (TTY: **711**)までご連絡ください。

**DUTCH:** AANDACHT: Als u Nederlands spreekt, kunt u gratis gebruikmaken van de taalkundige diensten. Bel het nummer op de achterkant van uw ID-kaart of **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

**UKRAINIAN:** УВАГА! Якщо ви розмовляєте українською мовою, ви можете звернутися до безкоштовної служби підтримки. Зателефонуйте за номером, указаним на зворотному боці ідентифікаційної картки, або **1-800-385-4104** (телетайп: **711**).

**ROMANIAN:** ATENȚIE: Dacă vorbiți limba română, vă stau la dispoziție servicii de asistență lingvistică, gratuit. Sunați la numărul de pe spatele cardului dumneavoastră de identificare sau la **1-800-385-4104** (TTY: **711**).

**NEPALI:** ध्यान दिनुहोस्: यदि तपाईं नेपाली भाषा बोल्नुहुन्छ भने तपाईंका लागि निःशुल्क रूपमा भाषा सहायता सेवाहरू उपलब्ध छन्। तपाईंको आईडी कार्डको पछाडि रहेको नम्बर वा **1-800-385-4104** (TTY: **711**) मा फोन गर्नुहोस्।

## Las temperaturas altas pueden aumentar el riesgo de las personas con problemas de salud del comportamiento

Las personas con problemas de salud del comportamiento que usan medicamentos psicotrópicos o ciertas sustancias presentan más riesgo de tener golpes de calor y enfermedades relacionadas con el calor. Estos medicamentos y sustancias pueden interferir en la capacidad del cuerpo para regular el calor y en la sensibilidad de la persona para percibir aumentos en su temperatura corporal.

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), los métodos efectivos para prevenir el agotamiento por calor incluyen beber mucho líquido; utilizar protector solar; reponer la sal y los minerales que pueden ser eliminados con la transpiración intensa; usar ropa suelta y de colores claros; mantenerse fresco en lugares cerrados con aire acondicionado; y controlar a quienes tienen riesgo alto.



Para obtener más información sobre la prevención de enfermedades relacionadas con el calor, visite [www.cdc.gov/extremeheat/warning.html](http://www.cdc.gov/extremeheat/warning.html).

Aetna Better Health® of Ohio es un plan de salud con contratos con Medicare y Medicaid de Ohio para proporcionar los beneficios de ambos programas a los afiliados.

Es posible que se apliquen limitaciones y restricciones. Para obtener más información, llame a Servicios para Miembros de Aetna Better Health® of Ohio al **1-855-364-0974** (TTY: **711**), las 24 horas, los 7 días de la semana, o consulte el Manual para Miembros de Aetna Better Health® of Ohio.

Los beneficios pueden cambiar el 1 de enero de cada año.

Puede obtener esta información en otros idiomas de manera gratuita. Llame al **1-855-364-0974** y TTY al **711**, 24 horas al día, 7 días de la semana. Esta llamada es gratuita.

You can get this information at no cost in other languages. Call **1-855-364-0974** (TTY: **711**), 24 hours a day, 7 days a week. The call is at no cost.

Este documento incluye información general sobre la salud y no reemplaza el asesoramiento y la atención que recibe de su proveedor. Siempre consulte a su proveedor sobre sus necesidades de atención médica personales.

Aetna Better Health® of Ohio, un plan de MyCare Ohio (Plan Medicare-Medicaid) es un plan de salud con contratos con Medicare y Medicaid de Ohio para proporcionar los beneficios de ambos programas a los afiliados. Puede obtener esta información gratis en otros idiomas. Llame al **1-855-364-0974** o TTY: **711**, las 24 horas, los 7 días de la semana. Esta llamada no tiene costo.

La información sobre los beneficios suministrada es un resumen breve, no una descripción completa de los beneficios. Es posible que se apliquen limitaciones y restricciones. Para obtener más información, llame a Servicios para Miembros de Aetna Better Health® of Ohio al **1-855-364-0974**

o consulte el Manual para Miembros de Aetna Better Health® of Ohio. Los beneficios, la Lista de Medicamentos Cubiertos y las redes de proveedores y farmacias pueden cambiar de vez en cuando a lo largo del año y el 1 de enero de cada año.

Es posible que se hayan empleado modelos en fotos e ilustraciones.

### Contáctenos

7400 W. Campus Road,  
New Albany, OH 43054

**1-855-364-0974**

TTY: **711**

**[www.aetnabetterhealth.com/ohio](http://www.aetnabetterhealth.com/ohio)**

2017 © Coffey Communications, Inc.  
Todos los derechos reservados.  
OH-17-06-02