

**SoonerCare Companion**

**Autoridad de Oklahoma para el Cuidado de la Salud**

**Verano  
2014**

**¿Se trata de una emergencia médica o simplemente estoy enfermo?**

**SoonerCare le pide que considere lo siguiente para ayudarlo a decidir.** Entendemos que cada situación es diferente, pero lo animamos a utilizar esta información como recurso.

**¿Qué es una emergencia?**

**Usted puede morir si no recibe inmediatamente la atención que necesita.**

**Usted puede quedar lesionado permanentemente (discapacitado).**

**Hay que acudir inmediatamente a la sala de emergencias más cercana si se presenta:**

- Disminución de la conciencia o no se responde a preguntas
- Dificultad para respirar o falta extrema de aliento
- Fiebre alta en los bebés menores de 3 meses
- Fiebre de 104 grados Fahrenheit o más en los niños
- Sangrado excesivo
- Envenenamiento accidental
- Fracturas óseas
- Aborto Involuntario
- Agresión o abuso sexual
- Quemaduras con ampollas
- Dolor y opresión en el pecho
- Sobredosis de drogas
- Lesiones en el pecho, la cabeza o los ojos

- Sentimiento de que podría lastimarse a sí mismo o a los demás
- Obstrucción del respirador

Debe llamar a su hogar médico tan pronto como sea posible después de una visita a las sala de emergencias para una cita de seguimiento. Cualquier remisión dada por la sala de emergencias no será pagada por un proveedor especialista.

La sala de emergencias no es para cuidados generales. Es para situaciones de emergencia SOLAMENTE (como las mencionadas anteriormente). Para cuidados generales o consultas por enfermedad, vea la información de la página 2.

#### **Cambios en el programa SoonerCare:**

#### **Los afiliados a SoonerCare deben estar al tanto de estos nuevos cambios en la cobertura:**

- **Para todos los afiliados a SoonerCare con diabetes:**

- A los afiliados dependientes de la insulina se les permite un máximo de 100 tiras reactivas de glucosa y lancetas al mes. A los afiliados no dependiente de la insulina se les permite 100 tiras reactivas de glucosa y lancetas durante 90 días.
- Las afiliadas diagnosticadas con diabetes gestacional pueden recibir un máximo de 150 tiras reactivas de glucosa y 150 lancetas al mes.

- **Servicios para la visión**

Los anteojos para niños se limitan a dos por año. Más de dos pares al año deben ser previamente autorizados y médicamente necesarios.

**Cualquier solicitante de SoonerCare o afiliado actual que tenga otras formas de seguro de salud primaria se inscribirá en SoonerCare Traditional o pago por servicio. Los afiliados con otro seguro no serán elegibles para SoonerCare Choice y no tendrán un proveedor de atención médica primaria (PCP)/hogar médico.**

- **Servicios dentales:**

- Las radiografías de toda la boca sólo se permiten una vez en un período de tres años para los niños solamente.

- Los servicios dentales ya no serán cubiertos para mujeres embarazadas adultas.

- **Asilos de ancianos:**

No se pagarán para mantener camas para afiliados de SoonerCare que sean hospitalizados.

- **Cambios a los copagos de farmacia:**

- Los copagos de farmacia serán ahora de \$4 fijos, independientemente del costo del medicamento.
- Las cantidades de copago sólo se aplican a no embarazadas adultas que no residen en centros de atención a largo plazo.
- Los siguientes afiliados están exentos de copagos:

- Niños menores de 21 años de edad
- Mujeres embarazadas
- Adultos que residen en centros de atención a largo plazo
- Ciertos indígenas estadounidenses y nativos de Alaska
- Afiliados a SoonerPlan
- Afiliados cubiertos por el programa para el Cáncer de Mama y Cervical

### **Consultas por enfermedad** *Viene de la página 1*

1. Si usted o su hijo se enferma durante las horas normales de trabajo y necesita tratamiento inmediato, puede llamar a su hogar médico para pedir una cita de atención urgente. Pida hablar con una enfermera de triage y siga sus instrucciones.
2. Si su condición empeora antes de su cita, puede llamar a su hogar médico de nuevo para explicar cómo ha cambiado la condición de su hijo. Pida una cita anticipada o diferentes instrucciones de triage.
3. Si tiene dificultades para obtener una cita oportuna, puede llamar a la Línea de Ayuda de SoonerCare 800-987-7767 para recibir ayuda.
4. Se requiere que su hogar médico tenga cobertura telefónica las 24 horas. Esto significa que usted puede llamar a su hogar médico después del horario normal de trabajo. Le devolverán la llamada.

## Conozca sus beneficios de farmacia

El Programa de Medicamentos Recetados de Farmacia es parte de sus beneficios de SoonerCare. El beneficio está aquí para ayudarle a obtener los medicamentos que necesita para mantenerse saludable.

### Los afiliados adultos de 21 años de edad o mayores tendrán los siguientes beneficios de farmacia:

- Usted está cubierto para seis recetas médicas cada mes:
  - Cuatro (4) medicamentos genéricos
  - Dos (2) medicamentos de marca
  - Usted no tiene límite mensual para:
    - Control de la natalidad
    - Algunos medicamentos contra para VIH/SIDA
    - Algunos medicamentos contra el cáncer
    - Algunos productos para dejar de fumar
- Tendrá que pagar un copago.

### Los niños (afiliados menores de 21 años) tendrán los siguientes beneficios de farmacia:

- No hay límites ni copagos para recetas médicamente necesarias
- Algunos medicamentos de venta libre, sin receta médica, para el resfriado y la fiebre están disponibles con una receta médica, sin costo alguno.

Tenga en cuenta que algunos medicamentos requieren autorización previa, que debe ser aprobada por un farmacéutico de SoonerCare.

Si usted tiene alguna pregunta sobre sus beneficios de farmacia, por favor póngase en contacto con la Línea de Asistencia de Farmacia de SoonerCare al 1-800-522-0114, opción 4, para hablar con uno de nuestros amables y expertos agentes de servicio al cliente.

### El horario de la Línea de Asistencia de Farmacia es:

**De lunes a viernes: de 8 a. m. a 7 p. m.**

**Sábados: de 9 a. m. a 5 p. m.**

**Domingos: de 11 a. m. a 5 p. m.**

### ¿Qué es una autorización previa?

SoonerCare trabaja para brindarle los medicamentos y tratamientos más efectivos y con un precio razonable. Como resultado, cuando usted recibe una receta médica, es importante para nosotros estar seguros de que el tratamiento es realmente necesario y la mejor opción para su situación con el fin de que su medicamento sea cubierto por su plan SoonerCare. Aquí es donde entra el proceso de autorización previa. Si usted no obtiene una autorización previa, ese medicamento puede costar más o no estar cubierto.

Una autorización previa es un proceso de aprobación de su hogar médico que proporciona a un farmacéutico clínico de SoonerCare la información que confirma el uso adecuado de los medicamentos. Un farmacéutico clínico de SoonerCare mira la solicitud del medicamento y toma la decisión de aprobar, denegar o devolverla incompleta, como se describe a continuación:

- **Aprobada:** quiere decir que el medicamento ha sido aprobado para que SoonerCare lo pague.
- **Denegada:** quiere decir que la información dada por su médico no cumplió con los requisitos de SoonerCare para dar una aprobación y el medicamento no será cubierto por SoonerCare. Se pueden sugerir otras opciones que serán aún mejores para su situación médica.
- **Incompleta:** quiere decir que se necesita más información de su médico para tomar una decisión.

Una vez que un farmacéutico clínico de SoonerCare toma una decisión, la información se devuelve a su farmacia y hogar médico. Cuando SoonerCare recibe una solicitud completa de autorización previa, proporcionará una respuesta en 24 horas o menos.

### Vacúnese hoy

A medida que su familia se adentra en la temporada de otoño, el tiempo para reunir útiles y mochilas escolares parece llegar más rápido de lo esperado. Este es también el momento perfecto para asegurarse de que sus hijos están al día con sus vacunas.

Las vacunas (inyecciones) son importantes para evitar que los niños contraigan enfermedades como el sarampión, la gripe, la varicela, las paperas, la tos ferina, etc. También ayudan a evitar que estas enfermedades se propaguen, no sólo a otros niños en la escuela, sino también a la familia y a las personas de la comunidad.

Cuando los niños no están vacunados, están en mayor riesgo de contraer enfermedades y pueden propagarlas a otras personas, incluidos los bebés que son demasiado pequeños para recibir todas las vacunas y las personas con sistemas inmunitarios débiles debido al cáncer y otras condiciones de salud.

SoonerCare cubre todas las vacunas de sus hijos a través del programa Chequeos Médicos para Niños (EPSDT). Por favor, hable con su hogar médico para asegurarse de que sus hijos han tenido todas sus vacunas antes de que regresen a la escuela. A continuación se muestra un cuadro con las vacunas recomendadas.

SoonerCare				¡No espere, vacúnese hoy!							
Autoridad de Oklahoma para el Cuidado de la Salud				Niños recién nacidos hasta los 3 años							
Edad de vacunación	Nacimiento	1 mes	2 meses	4 meses	6 meses	12 meses	15 meses	18 meses	19-23 meses	2-3 años	Los recuadros azules indican que la vacuna se puede administrar en cualquier momento durante el rango de edad indicado.  <b>Línea de Ayuda de SoonerCare 800-</b>
Hep. B	Hep. B	Hep. B			Hep. B						
Rotavirus			Rotavirus	Rotavirus	Rotavirus						
DTPa			DTPa	DTPa	DTPa		DTPa				
Hib			Hib	Hib	Hib	Hib					
PCV			PCV	PCV	PCV	PCV					
IPV			IPV	IPV	IPV						
Influenza (anual)				Influenza (anual)							
Triple viral						Triple viral					
Varicela						Varicela					
Hep. A						Hep. A					

			<b>987-7767</b>
--	--	--	-----------------

## Proteja a sus **HIJOS**

**USTED LOS PROTEJE DE TODO LO DEMÁS, AÑADA LAS VACUNAS A SU LISTA Y PROTÉJALOS DE ENFERMEDADES QUE SE PUEDEN PREVENIR**

### Enfermedades de segunda mano

¿Sabía usted que si sus hijos no están vacunados no sólo están expuestos a enfermedades, sino que exponen a otros?

- Si opta por no vacunar a sus hijos, su decisión puede contribuir a la rápida propagación de las enfermedades prevenibles a las personas en riesgo. Por ejemplo, si su hijo se infecta con sarampión o tos ferina, puede transmitir esas infecciones a los bebés que son demasiado pequeños para recibir vacunas o a personas que ya están enfermas y en situación de riesgo, como los pacientes de cáncer.

Ámelos. Protéjalos. Vacúnelos.

Las vacunas previenen un estimado de 2 a 3 millones de muertes en el mundo cada año; sin embargo, 1 de cada 5 niños no recibe las vacunas.

Los bebés y los niños cubiertos por SoonerCare (Medicaid de Oklahoma) pueden recibir las vacunas vitales como parte de su paquete de beneficios.

Los afiliados a SoonerCare pueden encontrar más detalles en

[www.okhca.org](http://www.okhca.org).

Los niños no cubiertos por SoonerCare pueden recibir las vacunas a través de un seguro de salud privado o el programa Vacunas para los Niños (VFC, por sus siglas en inglés)

(<http://imm.health.ok.gov>). Más de 800 clínicas y consultorios médicos en Oklahoma participan en el programa VFC.

Departamento de Salud del Estado de Oklahoma

Autoridad de Oklahoma para el Cuidado de la Salud

4345 Lincoln Blvd., Oklahoma City, OK 73105

LÍNEA DE AYUDA DE SOONERCARE: 800.987.7767

WWW.OKHCA.ORG

### **¡Ayude a que sus hijos estén saludable este otoño!**

El otoño es un buen momento para llevar a cabo algunas rutinas saludables y ayudar a que sus hijos tengan un gran año escolar. A veces, ser padre puede ser abrumador, pero la OHCA quiere recordarle un par de cosas importantes para que las tenga en su lista de "cosas por hacer" para su hijo.

SoonerCare cubre los servicios dentales y de visión y los chequeos de salud infantil.

#### **Cobertura para la visión:**

Niños: SoonerCare cubre los exámenes de la visión y anteojos (sin remisión).

#### **Cobertura dental:**

Los servicios dentales de SoonerCare incluyen lo siguiente para niños menores de 20 años:

- Prevención: Exámenes, limpieza, educación, selladores, flúor.
- Tratamiento: Empastes, coronas, endodoncias, tratamiento de enfermedades de las encías, prótesis dentales totales o parciales, extracciones.
- Emergencia: Control de la hemorragia, alivio del dolor, eliminación de infecciones.

- Orientación para dejar de fumar y consumir tabaco para los adolescentes mayores de 12 años.

**"No deje que la caries o dolor dental impida que su hijo aprenda al iniciar el año escolar", dice Courtney Barrett, odontóloga de la OHCA y D. D. S. "Recuerde que es importante visitar al odontólogo cada seis meses para limpieza y examen y mantener los dientes de su hijo saludables. Cepillarse los dientes y usar hilo dental en casa, junto con una alimentación saludable y visitas regulares al odontólogo, le ayudarán a mantener sonrisas brillantes y saludables durante varios años".**

### **¿Qué es una visita de bienestar infantil?**

SoonerCare da a los padres la oportunidad de obtener una visión global de la salud de sus hijos cuando acuden a los chequeos médicos infantiles. Los exámenes periódicos también ayudan a estar al tanto de cualquier problema o retraso en el desarrollo de manera oportuna.

Con un chequeo médico infantil, usted, su hijo y el hogar médico de su hijo puede llegar a conocerse mejor. También le ayudará a enseñar a su hijo la importancia que tienen los chequeos médicos periódicos en el mantenimiento de su salud.

### **¿Cuándo debe mi hijo tener un chequeo médico?**

Los chequeos médicos regulares son importantes para todos los niños desde el nacimiento hasta los 20 años de edad.

### **¿Qué se puede esperar durante un chequeo?**

- Tiempo para discutir cómo está creciendo y desarrollándose su hijo.
- Discusión de los antecedentes médicos
- Mediciones del crecimiento
- Inyecciones (vacunas)
- Chequeos del desarrollo y del comportamiento
- Pruebas de laboratorio (en su caso)
- Prueba de plomo (a los 12 y 24 meses)
- Exámenes de detección para la visión, la audición y los dientes (en ciertas edades)

## Beba agua...

### ¡Manténgase saludable!

A medida que las temperaturas aumentan y usted pasa más tiempo divirtiéndose al aire libre, beber suficiente agua y mantenerse hidratado es más importante.

"En esta época del año es muy importante para los habitantes de Oklahoma ser conscientes de la necesidad de beber mucha agua. "Recuerde que el agua es el principal elemento químico de su cuerpo y constituye el 60 por ciento de su peso corporal", dice Mike Herndon, Director Médico de OHCA y D. O., Administración de Atención Médica.

"Si usted espera para beber hasta que tenga sed, ya está levemente deshidratado. Cuando las temperaturas aquí en Oklahoma se elevan a 80 y 90 y una persona emplea una cantidad significativa de tiempo al aire libre, la cantidad necesaria de agua aumenta".

Nota: El requerimiento de agua puede aumentar debido a las altas temperaturas o la actividad física.

### ¡Beba mucho!

#### Número de vasos de 8 onzas de agua diarios recomendados.

Bebés 7-12 meses	2-3
Niños 1-3 años	3 1/2-4 1/2
Niños 4-8 años	5-6
Muchachos 9-13 años	6 1/2-8
Muchachas 9-13 años	5 1/2-7
Muchachos 14-18 años	9-11

Muchachas 14-18 años	6 1/2-4 1/2
Hombres 19-70 años	10-12
Mujeres 19-70 años	7 1/2-9

<b>Oklahoma Tobacco Helpline</b>		
<b>1</b>	<b>800</b>	<b>QUIT NOW</b>
<b>1-800-784-8669</b>		<b>Okhelpline.com</b>

<b>Línea de Ayuda Antitabaquismo de Oklahoma</b>		
<b>1</b>	<b>855</b>	<b>DÉJELO-YA</b>
<b>1-855-335-3569</b>		<b>Okhelpline.com</b>

Este boletín es para los afiliados a SoonerCare Choice. Le informará sobre cualquier cambio o actualización de sus beneficios de SoonerCare. También le dará otras noticias útiles que le ayudarán a mantenerse saludable. Sin embargo, si tiene preguntas específicas acerca de su salud, por favor hable con su médico.

Descargo de responsabilidad: Los comentarios clínicos, legales y de otro tipo se ofrecen a título informativo solamente. Por favor, hable con su médico acerca de los problemas de salud específicos.

Esta publicación, impresa por O. U. Printing Services, es distribuida por la Autoridad de Oklahoma para el Cuidado de la Salud, conforme a lo autorizado por el título VI y el título VII de la Ley de Derechos Civiles de 1964 y la Ley de Rehabilitación de 1973. Se han preparado y distribuido 270.000 copias con un costo de \$ 18.300,00. Las copias se han depositado en el Centro de Publicaciones del Departamento de Bibliotecas de Oklahoma. [74 O.S. 2001 § 3105 (C)] Descargar ejemplares adicionales en el sitio web de la OHCA: <http://www.okhca.org> SoonerCare-companion

SNWENG-COMPAN-Verano de 2014

**Autoridad de Oklahoma para el Cuidado de la Salud**  
**4345 N. Lincoln**  
**Oklahoma City, OK 73105**  
**[www.okhca.org](http://www.okhca.org)**

## SoonerCare Companion

### ¡Evite episodios de asma y la alergia durante el año!

#### Controle su asma:

#### ¡Continúe sus medicamentos en el verano!

Es importante seguir tomando los medicamentos para el asma durante todo el año, especialmente durante el verano (incluso si usted no tiene síntomas), según la Academia Americana de Alergia, Asma e Inmunología. Es la mejor manera de evitar un ataque de asma .

Usted debe programar una cita con su hogar médico por motivo de asma si nota:

- Tos constante, frecuente o vinculada a la actividad física
- Sibilancias o pitidos cuando su hijo exhala
- Dificultad para respirar o respiración rápida
- Quejas de opresión en el pecho

Si necesita un nebulizador que le ayude a controlar su asma, el Programa de Reutilización de Equipos Médicos Duraderos de Oklahoma (OKDMERP, por sus siglas en inglés) ofrece la oportunidad de conseguir equipos ligeramente usados para su uso. Visite

[www.ok.gov/abletech/DME\\_Reuse/](http://www.ok.gov/abletech/DME_Reuse/) ¡para obtener más información hoy mismo!

SoonerCare puede ayudarle a controlar su asma con medicamentos recetados. Hable con su hogar médico para obtener más información.

#### ¿Le han hecho pruebas para alergias?

Las condiciones climáticas de Oklahoma, que cambian constantemente, pueden ser un desafío para las personas alérgicas. Si usted tiene síntomas de alergia, pero no está seguro de si tiene o no, debe saber que SoonerCare cubre exámenes para alergias. Pregúntele a su hogar médico acerca de cómo hacer los exámenes de alergias.

**Estos son algunos consejos para evitar alergias.**

**POLEN:** Lávese el cabello durante la noche para eliminar el polen y cámbiese la ropa antes de meterse en la cama. Permanezca dentro de la vivienda en los días secos, cálidos y ventosos. Mantenga las ventanillas cerradas cuando viaje en vehículo.

**MOHO:** Evite estar al aire libre cuando hay alta concentración de moho y use una máscara cuando corte el césped o trabaje en el jardín. Cuando permanezca dentro de la vivienda, tome medidas para eliminar la humedad, como por ejemplo la reparación de goteras y el uso de deshumidificadores.

**PICADURAS:** Evite los insectos, si es posible. No camine descalzo en zonas donde hay insectos y no beba de contenedores donde los insectos puedan haber ingresado. Mantenga los alimentos tapados cuando estén al aire libre y no use nada que huelga dulce o ropa que sea de colores brillantes o floridas.

**HIEDRA VENENOSA:** Permanezca en zonas abiertas y lejos de arbustos y otras plantas.

*Fuentes: ABC News, Mayo Clinic*