

STRONG **body**
mind



BOLETÍN PARA MIEMBROS
//VERANO 2024



DENVER HEALTH
MEDICAL PLAN INC.



CÁNCER COLORRECTAL: EVALUACIÓN DE DETECCIÓN Y PREVENCIÓN

¿Sabía que la Sociedad Estadounidense del Cáncer estima que se registrarán 152,810 nuevos casos de cáncer colorrectal a finales de este año? Además, en las últimas décadas se ha diagnosticado cada vez a más personas menores de 55 años. Es por eso que, hoy en día, la edad para comenzar la evaluación de detección de cáncer colorrectal es más baja de lo que solía ser.

¿QUÉ ES EL CÁNCER COLORRECTAL?

El cáncer colorrectal es un tipo de cáncer que comienza como un crecimiento (o pólipo) en la capa más interna del colon o el recto (por eso a menudo se lo llama cáncer de colon o cáncer rectal). Aunque la mayoría de los pólipos no son cancerosos, algunos pueden convertirse en cáncer y extenderse hacia la pared. Desde allí, también pueden propagarse a los vasos sanguíneos, ganglios linfáticos u otras partes del cuerpo. Afortunadamente, con las evaluaciones de detección periódicas, el cáncer colorrectal es uno de los tipos de cáncer más prevenibles.

LA IMPORTANCIA DE LAS EVALUACIONES DE DETECCIÓN PREVENTIVAS

La Sociedad Estadounidense del Cáncer recomienda comenzar con las evaluaciones de detección de cáncer colorrectal periódicas a los 45 años (o menos, si tiene antecedentes familiares de cáncer colorrectal o presenta un alto riesgo de

padecerlo) y continuar hasta los 75 años (u 85 años, si lo recomienda su proveedor).

Existen dos tipos principales de evaluaciones de detección de cáncer colorrectal:

- » Pruebas a base de heces: Estas pruebas estudian las heces para detectar signos de cáncer. Si bien son menos invasivas que las colonoscopías, deben realizarse con mayor frecuencia.
- » Colonoscopías: Durante una colonoscopia, el médico observa todo el revestimiento del colon y el recto con un colonoscopio, un tubo flexible con una luz y una cámara. Se pueden eliminar los pólipos sospechosos durante este procedimiento. Si usted tiene alto riesgo de padecer cáncer colorrectal, es probable que su médico le recomiende una colonoscopia, el tipo de evaluación de detección más precisa.

Dado que los pólipos pueden tardar de 10 a 15 años en volverse cancerosos, por lo general se pueden eliminar antes de que sea demasiado tarde; de hecho, las evaluaciones de detección periódicas pueden aumentar la tasa de supervivencia del cáncer colorrectal en un 60%.

SÍNTOMAS DEL CÁNCER COLORRECTAL

El cáncer colorrectal puede no causar síntomas al principio. Pero si experimenta alguno de los siguientes síntomas, comuníquese con su proveedor de inmediato:

- » sangre en las heces
- » sangrado rectal
- » cambio en los hábitos intestinales (diarrea o estreñimiento)
- » sensación de que el intestino no se vacía por completo

- » calambres en el vientre
- » debilidad y fatiga
- » pérdida de peso no deseada

CAMBIOS EN EL ESTILO DE VIDA PARA REDUCIR EL RIESGO

Además de someterse a evaluaciones de detección de cáncer colorrectal periódicas, hay muchos cambios en el estilo de vida que puede realizar para reducir el riesgo de desarrollar la enfermedad:

- » Llevar una dieta saludable: Coma muchas frutas, verduras y granos integrales, y trate de limitar las carnes rojas y procesadas.
- » Hacer ejercicio: Realice actividad física de moderada a intensa de forma periódica (caminar, correr, nadar, jugar al tenis o cortar el césped).
- » Reducir el consumo de alcohol: Las mujeres no deben tomar más de una copa por día; los hombres no deben beber más de dos. Mejor aún, absténgase por completo.
- » Mantener un peso saludable: Tener sobrepeso puede aumentar el riesgo de padecer cáncer colorrectal, así que trate de mantenerse cerca del peso ideal.

- » No fumar: Evitar los cigarrillos también puede ayudar a prevenir muchos otros tipos de cáncer.

Si se mantiene al día con las evaluaciones de detección y es proactivo con su salud, es probable que elimine las posibilidades de padecer cáncer colorrectal.

Fuentes:

Alianza del Cáncer Colorrectal (24 de enero de 2024): https://colorectalcaner.org/article/acs-releases-colorectal-cancer-estimates-2024?gad_source=1&gclid=CjwKCAjw26KxBhBDEiwAu6KXt0pk_575kXUBjZLPCGWh4ZGhM3_kFSHjoPooKCYdHH5Pvm-FqDPohoCvDIQAvD_BwE.

Sociedad Estadounidense del Cáncer (29 de enero de 2024): <https://www.cancer.org/cancer/types/colon-rectal-cancer/about/what-is-colorectal-cancer.html#:~:text=Colorectal%20cancer%20starts%20in%20the,have%20many%20features%20in%20common>.

Evaluaciones de detección de cáncer de colon de Denver Health <https://www.denverhealthmedicalplan.org/colon-cancer-screenings>.

Evaluaciones de detección de cáncer de colon de Gastroenterología de Denver Health: <https://www.denverhealth.org/conditions/c/colon-cancer-screening>.

Sociedad Estadounidense del Cáncer (4 de marzo de 2024): <https://www.cancer.org/cancer/types/colon-rectal-cancer/causes-risks-prevention/prevention.html>.

Sociedad Estadounidense del Cáncer (4 de marzo de 2024): <https://www.cancer.org/cancer/types/colon-rectal-cancer/detection-diagnosis-staging/screening-tests-used.html>.

Goshen Health: <https://goshenhealth.com/blog/why-colonoscopy-offers-a-better-screening-choice-than-stool-tests#:~:text=A%20stool%2Dbased%20test%20can,on%20in%20your%20large%20intestine>.

Denver Health Medical Plan, Inc. (DHMP) ha sido aprobado por el Comité Nacional de Aseguramiento de la Calidad (National Committee for Quality Assurance, NCQA) para operar como plan para necesidades especiales (Special Needs Plan, SNP) hasta 2023. Esto se basó en una revisión del modelo de atención de DHMP.

If you need any of the information in this newsletter in English, please call Health Plan Services. Si necesita en español alguna parte de la información contenida en este boletín, llame a Servicios del Plan de Salud.

Denver Health and Hospital Authority (DHHA)/Child Health Plus (CHP+): 303-602-2100, Elevate Exchange/Colorado Option: 303-602-2090, Medicaid Choice: 303-602-2116, Medicare Advantage: 303-602-2111

CONSEJO DE NURSELINE (LÍNEA DE ENFERMERÍA): CONSEJOS DE SEGURIDAD PARA DISFRUTAR EL SOL EN VERANO

Ha llegado el verano. Como Colorado es conocido por su sol, todos estamos ansiosos por salir y disfrutar de él. Desafortunadamente, Colorado también tiene la tasa más alta de cáncer de piel por habitante del país. La mayor parte de nuestro estado se encuentra a gran altitud. Con cada 1,000 metros de altitud, los niveles de ultravioleta (ultraviolet, UV) aumentan alrededor de un 10%. Eso significa que es aún más importante protegerse durante las aventuras en la montaña. Afortunadamente, el cáncer de piel es uno de los más prevenibles. Puede protegerse practicando estos consejos de seguridad frente al sol.

EVITE:

Lo ideal es evitar la exposición al sol durante las horas de máxima radiación UV, entre las 11 a.m. y las 3 p.m. en Colorado. Busque sombra si está afuera durante estos horarios. Recuerde que incluso cuando está nublado, los rayos UV siguen llegando a su piel.

PROTÉJASE:

Una de las técnicas de protección solar más comunes es el protector solar. Hay una gran variedad de protectores solares. Encuentre uno que se adapte a sus necesidades y que le siente bien en la piel. Una buena práctica para garantizar el uso diario del protector solar es colocarlo junto al cepillo de dientes. La mayoría de las personas recuerdan cepillarse los dientes a diario. A la hora de elegir un protector solar, el de "amplio espectro" es el mejor. Protege la piel de los rayos ultravioleta A (ultraviolet A, UVA) y ultravioleta B (ultraviolet B, UVB). Elija un protector solar con un factor de protección solar (sun protection factor, SPF) de 30 o más. Aplique alrededor de 1 oz. de protector solar en todas las partes del rostro y el cuerpo expuestas al sol. Debe volver a aplicarse el protector solar cada 2 horas (o con más frecuencia si nada o suda). Asegúrese de que el protector solar no haya expirado ni se haya separado. Esto puede disminuir su efectividad. Esto sucede con frecuencia si se deja en un lugar muy

caluroso, como un automóvil estacionado, durante períodos prolongados. También puede usar la ropa como un modo simple de protección solar. Las mejores opciones son un sombrero de ala ancha, una camisa de manga larga y gafas de sol con protección 100% contra los rayos UV.

CONTROLE:

Se recomienda realizarse un control de la piel cada mes para detectar nuevos crecimientos, cambios en los lunares, manchas rojas y llagas que no cicatrizan. También debe visitar a un dermatólogo para realizarse un control de la piel anual.

Escrito por: Brittany Sliter, licenciada en Enfermería (Bachelor of Science in Nursing, BSN), enfermera diplomada (Registered Nurse, RN) certificada por la junta (Board-Certified, BC), enfermera pediátrica certificada (Certified Pediatric Nurse, CPN) NurseLine (Línea de Enfermería) de Denver Health

Fuentes:

Pregúntele al experto: ¿cuánto protector solar debo usar en mi rostro y cuerpo? (2020). Obtenido de <https://www.skincancer.org/blog/ask-the-expert-how-much-sunscreen-should-i-be-using-on-my-face-and-body/>

Cómo hacer un autoexamen de la piel (2019). Obtenido de <https://www.cancer.org/cancer/risk-prevention/sun-and-uv/skin-exams.html>

Radiación: radiación ultravioleta (UV). (2016). Obtenido de <https://www.theskincancerinstitute.com/blog/skin-cancer-risk-colorado>

Consejos para mantenerse seguro bajo el sol: desde la protección solar hasta las gafas de sol. (2022). Obtenido de <https://www.fda.gov/consumers/consumer-updates/tips-stay-safe-sun-sunscreen-sunglasses>

Escala de índice de rayos UV. (2016). Obtenido de https://19january2017snapshot.epa.gov/sunsafety/uv-index-scale-1_.html

NurseLine (Línea de Enfermería) de Denver Health está disponible para hablar con usted acerca de cualquier inquietud o pregunta sobre la salud ¡las 24 horas del día, los 7 días de la semana! Llámelos al 303-739-1261.

EN LA COCINA

Tilapia con cobertura de almendras

INGREDIENTES

- ¼ taza de almendras naturales enteras
- 2 cucharadas de pan rallado seco
- 1 cucharadita de condimento de ajo y hierbas (sin sal)
- ½ cucharaditas de pimienta (recién molida)
- 1 cucharada de aceite de canola
- 1 cucharada de mostaza de dijon
- 2-6 oz. de filetes de tilapia
- perejil para servir (opcional)



INSTRUCCIONES

Coloque los primeros 4 ingredientes en una licuadora o procesadora de alimentos. Procese durante 45 segundos o hasta que esté todo molido por completo. Transfiera la mezcla de los ingredientes secos a un plato. Caliente el aceite en una sartén grande antiadherente a fuego medio. Unte los filetes de ambos lados con mostaza. Luego páselos por la mezcla de pan rallado. Coloque el pescado en la sartén. Cocínelo durante unos 3 minutos de cada lado. Haga esto hasta que el pescado se desmenuce fácil al probarlo con un tenedor o alcance el grado de cocción deseado. Espolvoree con perejil, opcional.

OPCIONES DE ATENCIÓN EN EL MISMO DÍA

Si necesita atención hoy y no puede consultar a su proveedor de atención primaria, tenemos opciones para usted...



NURSELINE (LÍNEA DE ENFERMERÍA) ESTÁ A SU DISPOSICIÓN PARA AYUDARLO.

Llame al **303-739-1261** y hable con el personal de enfermería de Denver Health acerca de sus inquietudes sobre salud **sin costo**. En ocasiones pueden llamar y solicitar un medicamento con receta por usted. El personal de enfermería de NurseLine (Línea de Enfermería) puede ayudarlo a decidir cuál es el mejor plan para que usted reciba la atención que necesita, que puede incluir las opciones que se mencionan a continuación.



DISPATCHHEALTH IRÁ A USTED.

DispatchHealth es nuestro proveedor de atención médica a pedido que puede atender diversas lesiones y enfermedades en la comodidad de su hogar (disponible de 8 a.m. a 10 p.m., los 365 días del año). Visite **DispatchHealth.com**, descargue la aplicación gratuita o llame al **303-500-1518**. Consulte la cobertura del plan para obtener detalles sobre los costos compartidos.

VISITE UN CENTRO DE ATENCIÓN DE URGENCIA.

Denver Health ofrece múltiples centros de atención de urgencia. Hay servicios pediátricos (abierto las 24 horas del día, los 7 días de la semana en 777 Bannock St.) y para adultos (abierto todos los días, de 7 a.m. a 8 p.m. en 660 Bannock St.) por separado. Los centros de atención de urgencia se encuentran en el campus principal, así como en Southwest Clinic for Pediatrics and Adults (Clínica Federico F. Peña Southwest para Niños y Adultos) en 1339 Federal Blvd. (abierta de lunes a viernes, de 9 a.m. a 8 p.m. | sábados y domingos, de 9 a.m. a 4 p.m., cerrada en días festivos) y en Downtown Urgent Care (Clínica de Atención de Urgencia del Centro) en 1545 California St. (abierta todos los días, de 7 a.m. a 7 p.m.). Además, la atención de urgencia virtual ahora está disponible para todos los usuarios de MyChart de Denver Health. Consulte la cobertura del plan para obtener detalles sobre los costos compartidos.

Nota: Puede visitar cualquier centro de atención de urgencia que sea conveniente para usted. Su plan DHMP lo cubrirá en cualquier centro de atención de urgencia, en cualquier parte de los EE. UU.

SALA DE EMERGENCIAS.

Usted puede tener acceso a atención de emergencia las 24 horas del día, los 7 días de la semana, tanto para niños como para adultos, en el campus principal de Denver Health en 777 Bannock St. El Departamento de Emergencia Pediátrica de Denver Health (Denver Health Pediatric Emergency Department) está diseñado solo para niños y está completamente separado del Departamento de Emergencia para Adultos (Adult Emergency Department). Consulte la cobertura del plan para obtener detalles sobre los costos compartidos.

Nota: Si necesita atención de emergencia, diríjase al hospital más cercano o llame al 9-1-1. Su plan DHMP lo cubrirá en cualquier sala de emergencias, en cualquier lugar de EE. UU.

¿QUÉ HAY DE NUEVO CON SUS BENEFICIOS DE FARMACIA?

Sus beneficios de farmacia se pueden actualizar en el transcurso del año según su plan. Para ver qué ha cambiado, visite **DenverHealthMedicalPlan.org**. Coloque el cursor sobre *Members (Miembros)*, navegue hasta la página de su plan y, a continuación, haga clic en *Pharmacy (Farmacia)* dentro de "Member Resources" (Recursos del miembro). Allí encontrará documentos que incluyen los cambios en el formulario de su plan, como *Formulario de medicamentos* que se agregaron, o genéricos que se agregaron, y ¡mucho más!

La página web de su plan y los documentos del *Formulario de medicamentos*, denominados *Gestión de Formulario de medicamentos y farmacias* (para los planes Exchange, CO Option o grupo de empleador), *Formulario de medicamentos/Lista de medicamentos* (para Medicaid Choice y CHP+) o *Lista de medicamentos* (para Medicare Advantage), proporcionan lo siguiente:

- » Una *lista de medicamentos* cubiertos, junto con las restricciones y las preferencias.
- » Detalles sobre cómo utilizar el *Formulario de medicamentos* y los procedimientos de gestión farmacéutica.
- » Una explicación de los límites o las cuotas.
- » Detalles sobre cómo los profesionales que realizan las recetas deben brindar información para respaldar una solicitud de excepción (las solicitudes que no son de urgencia pueden procesarse el siguiente día hábil).
- » El proceso de su plan para la sustitución de genéricos, el intercambio terapéutico y los protocolos de terapia escalonada.

RECOMPENSA DE \$25: COMPLETE UNA EVALUACIÓN DE RIESGOS PARA LA SALUD.



**ELEVATE
MEDICARE ADVANTAGE**
Denver Health Medical Plan Inc...

Si usted es miembro de Elevate Medicare Choice (HMO D-SNP), ¡tendrá la oportunidad de participar en una evaluación de riesgos para la salud (Health Risk Assessment, HRA) cada año!

Queremos que esté sano y se sienta bien. Al responder las preguntas en la HRA, identificaremos sus riesgos de salud y trataremos de reducirlos. Cada año, le pediremos que complete una HRA. De esa manera, sabremos si hubo algún cambio en su salud. Esto también nos ayudará a saber si necesita más ayuda. Las respuestas a estas preguntas no afectan la cobertura del seguro. Se pueden compartir con su médico. Podemos trabajar con su médico y equipo de atención médica para tratar de mejorar su salud.

Lo llamaremos para completar la HRA por teléfono, o podemos enviarle la HRA por correo postal. O podemos enviarle la HRA por correo. Para completar la HRA, también puede llamarnos al **1-833-292-4893**. Los usuarios de TTY deben llamar al 711.

Si los miembros de Elevate Medicare Choice (HMO D-SNP) completan una encuesta de salud, cumplen con el requisito para obtener la recompensa de \$25. Una vez finalizada la encuesta, la recompensa se enviará al domicilio postal que tenemos registrado para utilizarla en los comercios participantes. Para obtener más información o si tiene más preguntas, llame al Departamento de Gestión de la Atención (Care Management Department) al **303-602-2184** o visite **DenverHealthMedicalPlan.org**.



ORTOPEDIA

NOS  UNA SEGUNDA OPORTUNIDAD.

Venga a visitar a nuestro equipo de atención de renombre mundial altamente calificado aquí, en el corazón de Denver.

Ofrecemos una segunda opinión de opciones quirúrgicas y no quirúrgicas, y una segunda oportunidad de tratamiento para solucionar antiguas lesiones.

**Programe una cita.
Llame al 303-900-6817.**



**ELEVATE
MEDICAID CHOICE**

Denver Health Medical Plan Inc.™

MIEMBROS DE MEDICAID CHOICE: DETECCIÓN TEMPRANA Y PERIÓDICA, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO

La Detección Temprana y Periódica, Diagnóstico y Tratamiento (Early and Periodic Screening, Diagnostic and Treatment, EPSDT) es un programa de Health First Colorado (Programa Medicaid de Colorado) que abarca servicios de prevención, diagnóstico y tratamiento para miembros de hasta 20 años de edad, así como para mujeres embarazadas. Este programa tiene la finalidad de detectar problemas de salud de forma temprana. El objetivo es que los niños reciban la atención física, mental, oftalmológica, auditiva y dental que necesitan para su salud. Su hijo puede recibir estos servicios **SIN COSTO** alguno para usted:

- » servicios del habla
- » controles del niño sano
- » vacunas
- » terapia ocupacional o física
- » servicios médicos a domicilio

La mayoría de los servicios de EPSDT están disponibles en Denver Health. Su médico también puede remitirlo a los servicios externos a Denver Health. Si tiene preguntas sobre los servicios de EPSDT o sobre la programación de una cita, usted o su médico pueden llamar a los Servicios del Plan de Salud al **303-602-2116**. Si tiene preguntas sobre el transporte de ida y vuelta de una cita, puede llamar a Intelliride al **855-489-4999**. Para obtener más información sobre las recomendaciones de atención preventiva de la Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics, AAP), visite: downloads.aap.org/AAP/PDF/periodicity_schedule.pdf.

Para obtener más información, llame a los Servicios del Plan de Salud al 303-602-2116.



INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE EL PLAN



Como miembro valioso de DHMP, debe conocer ciertos derechos que tiene y responsabilidades que debe cumplir.

LOS MIEMBROS TIENEN LOS SIGUIENTES DERECHOS:

- » A tener acceso a profesionales y personal que estén comprometidos a brindar atención médica de calidad a todos los miembros sin tener en cuenta la raza, la religión, el color, el credo, la nacionalidad, la edad, el sexo, la preferencia sexual, el partido político, la discapacidad o la participación en un programa con financiación pública.
- » A obtener los servicios disponibles y accesibles cubiertos por el contrato.
- » A recibir atención médica/de salud conductual que se base en pruebas científicas objetivas y en relaciones humanas.
- » A estar libre de cualquier forma de restricción o reclusión como una manera de coerción, disciplina, conveniencia o represalia.
- » A tener un equipo, basado en la confianza, el respeto y la cooperación, entre el proveedor, el personal y el miembro que dará como resultado una mejor atención médica.
- » A ser tratado con cortesía, respeto y reconocimiento de su dignidad y derecho a la privacidad.
- » A recibir un trato igual y justo, sin distinción de raza, religión, color, credo, nacionalidad, edad, sexo, preferencia sexual, partido político, discapacidad o participación en un programa con financiación pública.
- » A elegir o cambiar su proveedor de atención primaria (Primary Care Provider, PCP) dentro de la red de proveedores, ponerse en contacto con su PCP cada vez que un problema de salud le preocupe y buscar una segunda opinión, si así lo desea, sin costo para usted.
- » A esperar que sus registros médicos y todo lo que le diga a su proveedor sean tratados

de forma confidencial y no se divulguen sin su consentimiento, excepto cuando sea requerido o permitido por la ley.

- » A obtener copias de sus registros médicos o limitar el acceso a estos registros, conforme a la ley estatal y federal.
- » A conocer los nombres y cargos de los médicos, los enfermeros y otras personas que le prestan atención o servicios.
- » A sostener una discusión franca con su proveedor sobre las opciones de tratamientos adecuadas o médicamente necesarias para sus afecciones independientemente del costo o la cobertura de beneficios.
- » A participar con los proveedores en la toma de decisiones sobre su atención médica.
- » A solicitar o rechazar tratamiento hasta donde la ley lo permita y saber cuáles pueden ser las consecuencias.
- » A recibir atención de calidad e información sobre el Programa de Mejoramiento de la Calidad (MC) de DHMP.
- » A recibir información acerca de DHMP, sus servicios, sus profesionales y proveedores, y los derechos y responsabilidades de los miembros, así como recibir notificación inmediata de cancelación u otros cambios de los beneficios, los servicios o la red de DHMP. Esto incluye cómo obtener servicios durante el horario de atención regular, la atención de emergencia, la atención fuera del horario de atención, la atención fuera del área, las exclusiones y los límites sobre los servicios cubiertos.
- » A obtener más información acerca de su PCP y sus calificaciones, como la facultad de medicina a la que asistió o dónde hizo su residencia. Visite [DenverHealthMedicalPlan.org](https://denverhealthmedicalplan.org) y haga clic en "FIND A PROVIDER" ("BUSCAR UN PROVEEDOR") para obtener nuestros directorios web, o llame a Servicios del Plan de Salud.
- » A expresar su opinión sobre DHMP o sus proveedores ante los órganos legislativos o los medios de comunicación sin temor a perder los beneficios de salud.

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE EL PLAN



- » A que se le expliquen todos los formularios de consentimiento u otros documentos que DHMP o sus proveedores le pidan que firme, a negarse a firmar dichos formularios hasta que los comprenda, a negarse a recibir tratamiento y a comprender las consecuencias de dicha decisión, a negarse a participar en proyectos de investigación, a tachar cualquier parte de un formulario de consentimiento que usted no desea que se aplique a su atención o a cambiar de parecer antes de someterse a un procedimiento para el cual ya haya prestado su consentimiento.
- » A instruir a los proveedores sobre sus deseos en relación con las instrucciones anticipadas (como poder notarial, testamento vital o donación de órganos).
- » A recibir atención en cualquier momento, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para afecciones de emergencia y a recibir atención dentro de las 48 horas para afecciones urgentes.
- » A contar con los servicios de intérpretes si los necesita para recibir atención médica.
- » A cambiar la inscripción durante los períodos en que las reglas y los reglamentos le permiten.
- » A tener opciones de remisiones a todos los proveedores de la red que estén calificados para ofrecer servicios especializados cubiertos; se aplican los copagos correspondientes.
- » A esperar que las remisiones aprobadas por DHMP no se puedan cambiar después de la autorización previa ni se puedan rechazar a posteriori, excepto en casos de fraude o abuso, o modificaciones en su condición de elegibilidad al momento de recibir el servicio.
- » A hacer recomendaciones sobre las políticas de derechos y responsabilidades de los miembros de DHMP.
- » A expresar una queja o a apelar una decisión relativa a la organización de DHMP o a la atención brindada, y recibir una respuesta de acuerdo con el proceso de quejas/apelaciones.

LOS MIEMBROS TIENEN LA RESPONSABILIDAD DE:

- » Tratar a los proveedores y su personal con cortesía, dignidad y respeto.
- » Pagar todas las primas y costos compartidos aplicables (es decir, deducible, coseguro, copagos).
- » Programar y cumplir las citas. Ser puntual o llamar si llegará tarde o si debe cancelar una cita. Tener su tarjeta de identificación de DHMP disponible en el momento del servicio y pagar los cargos por cualquier beneficio no cubierto.
- » Informar sobre sus síntomas y problemas a su PCP, y hacer preguntas, así como participar en la atención médica.
- » Informarse sobre el procedimiento o tratamiento, y pensar en ello antes de que se lleve a cabo.
- » Pensar acerca de las consecuencias de rechazar el tratamiento que su PCP sugiere.
- » Seguir los planes y las instrucciones de atención médica que haya acordado con su proveedor.
- » Proveer, en la medida de lo posible, la información y los registros correctos y necesarios que DHMP y sus proveedores necesitan para brindarle atención.
- » Comprender sus problemas de salud y participar, en la medida de lo posible, en el diseño de mutuo acuerdo de objetivos de tratamiento.
- » Expresar sus quejas e inquietudes de una manera educada y adecuada.
- » Aprender y saber sobre los beneficios del plan (es decir, cuáles servicios están cubiertos y cuáles no) y comunicarse con un representante de Servicios del Plan de Salud de DHMP ante cualquier pregunta.
- » Informar a los proveedores o a un representante de DHMP cuando no le satisfaga la atención o el servicio.
- » Notificar a DHMP de cualquier seguro de terceros, incluido Medicare.



**DENVER HEALTH
MEDICAL PLAN INC.**

777 Bannock St., MC6000
Denver, CO 80204

LETRAS GRANDES U OTROS IDIOMAS:

Si tiene preguntas acerca de este aviso, podemos ayudarlo sin costo alguno. También podemos ofrecerlo en otros formatos como letras grandes, audio u otros idiomas. Llame al 303-602-2116, sin costo al 1-855-281-2418 o al 711 para personas que llaman con necesidades auditivas o del habla.

Elevate Medicare Advantage es un plan HMO aprobado por Medicare. La inscripción en Elevate Medicare Advantage depende de la renovación del contrato. El plan también tiene un contrato por escrito con el Programa Colorado Medicaid para coordinar sus beneficios de Medicaid.

H5608_SmmrNwsltr24_M



SCAN ME



UN MENSAJE DE NUESTRO DIRECTOR GENERAL

Este es el momento en que publicamos el informe anual que muestra nuestras finanzas del año anterior. El informe anual de 2023 está disponible en nuestro sitio web en el siguiente enlace, o puede escanear el código QR anterior: **[DHMP.info/AnnualReport2023](https://dhmp.info/AnnualReport2023)**

Espero que esté disfrutando del clima más cálido y todo lo que los meses de verano de Colorado tienen para ofrecerle. Esta es una gran época del año para estar al aire libre y explorar nuestro hermoso estado.

GREG MCCARTHY

Director general y director ejecutivo
Denver Health Medical Plan, Inc.

