

Blue Notes

2.ª edición, 2019



horizonNJhealth.com

Horizon 
Horizon NJ Health

En esta edición:

Protegerse del creciente brote de sarampión	2
Actualizaciones a sus servicios de NJ FamilyCare.....	3
No pierda la cobertura para usted y su familia	3
Muy importante: asista a sus citas médicas	4
Servicios de lenguaje de señas estadounidense	4
Cáncer de mama: la mejor prevención es la detección temprana ..	5
Administración de la atención médica compleja	6
Es casi el momento de la vacuna antigripal.....	6
Cambios en la lista de medicamentos aprobados.....	7
Medicamentos opioides recetados para el dolor: cómo prevenir el mal uso.....	9
Nuestro compromiso con la calidad	9
¿Tiene Medicare y Medicaid?	10
Derechos y responsabilidades de los miembros	10
Evitar complicaciones de la diabetes	11
BabyGems para embarazadas y madres primerizas.....	12
Emergencias: qué saber y cuándo ir a la sala de emergencias (ER).....	12
Actualizaciones al proceso de apelaciones internas	13
Recordatorio: regístrese para usar la asistencia al miembro en línea.....	13
Cómo usamos y protegemos su información privada.....	13
Aviso de no discriminación	14

Horizon NJ Health quiere asegurarse de que tenga la información que necesita para cuidar su salud. Nuestros representantes de Servicios de Atención al Miembro especialmente capacitados están disponibles para ayudarlo a comprender sus beneficios. Si tiene alguna pregunta, llame a Servicios de Atención al Miembro al **1-800-682-9090 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Protegerse del creciente brote de sarampión



Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), hasta julio, se habían confirmado 1,164 casos de sarampión en 30 estados. Este es el mayor brote de sarampión en los Estados Unidos desde el 2000. Actualmente, hay 17 casos confirmados en New Jersey.

Síntomas

El sarampión se considera la más mortal de todas las enfermedades de erupción/ fiebre infantil. El sarampión puede causar problemas de salud graves, como infecciones del oído, neumonía, inflamación del cerebro y aborto espontáneo en mujeres embarazadas.

Los síntomas pueden incluir los siguientes:

- Tos
- Fiebre alta
- Erupción
- Ojos rojos llorosos
- Goteo de la nariz

Si tiene síntomas y podría haber estado expuesto a la enfermedad, llame a su médico de inmediato.

Proteja a su familia

La vacuna MMR (sarampión, paperas y rubéola) protege a los niños contra el sarampión, las paperas y la rubéola.

Las vacunas son una parte importante para mantener sano a su hijo, hoy y en el futuro. Asegúrese de que su hijo esté al día con todas

las vacunas recomendadas. Si recibió la vacuna contra el sarampión entre 1963 y 1968, hable con su médico acerca de volver a vacunarse. Las vacunas de refuerzo no son necesarias para aquellos que recibieron dos dosis de la vacuna contra el sarampión cuando eran niños. Según el calendario de vacunación de los Estados Unidos, estas personas están protegidas de por vida y nunca necesitarán una dosis de refuerzo.

¿No está seguro de la inmunidad?

Si no está seguro de si es inmune al sarampión, primero debe tratar de encontrar sus registros de vacunación o la documentación de inmunidad al sarampión. Si no tiene documentación escrita sobre la inmunidad al sarampión, debe recibir la vacuna MMR.

Otra opción es que un médico analice su sangre para determinar si es inmune. No es perjudicial recibir otra dosis de la vacuna MMR en caso de que ya sea inmune al sarampión, a las paperas o a la rubéola. ¿No está seguro de si recibió las dosis completas de las vacunas? Hable con su médico.

Fuente: [cdc.gov](https://www.cdc.gov)



Actualizaciones a sus servicios NJ FamilyCare

En Horizon NJ Health, siempre le avisaremos cuando haya actualizaciones de sus beneficios de salud. A partir del **1.º de abril de 2019**, hay cambios en los servicios de tratamiento de adicciones en consultorio (OBAT). Le solicitamos que revise los cambios a continuación. También puede ver una lista completa de los beneficios cubiertos en horizonNJhealth.com/covered_benefits.

- **Servicios de navegadores y tratamiento de adicciones en consultorio:** con cobertura para los miembros de NJ FamilyCare A, ABP, B, C y D.
- **Medicamentos con receta médica (en farmacias minoristas):**
 - o Para los miembros de NJ FamilyCare A, ABP y B: los servicios de OBAT tienen cobertura, incluidos los medicamentos antipsicóticos atípicos, buprenorfina/naloxona, naltrexona y metadona, o cualquier otro medicamento dentro de esta categoría cuando se use para el tratamiento de la dependencia a opiáceos o al alcohol, y medicamentos que podrían no estar incluidos en la cobertura de la Parte D de Medicare. Sin cobertura para medicamentos para tratar la disfunción eréctil y medicamentos no cubiertos por la lista de medicamentos aprobados de la Parte D de Medicare de un tercero.
 - o Para miembros de NJ FamilyCare C y D: Los servicios de OBAT tienen cobertura con un copago de \$1 para medicamentos genéricos y de \$5 para medicamentos de marca. Incluye medicamentos antipsicóticos atípicos, buprenorfina/naloxona, naltrexona y metadona, o cualquier otro medicamento dentro de esta categoría cuando se use para el tratamiento de la dependencia a opiáceos o al alcohol, y medicamentos que podrían no estar incluidos en la cobertura de la Parte D de Medicare. Sin cobertura para medicamentos para tratar la disfunción eréctil y medicamentos no cubiertos por la lista de medicamentos aprobados de la Parte D de Medicare de un tercero.

Si tiene alguna pregunta, llame sin cargo a Servicios de Atención al Miembro al **1-800-682-9090** (TTY **711**), las 24 horas del día, los siete días de la semana.

No pierda la cobertura para usted y su familia

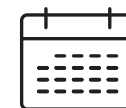


Mantenga su cobertura: **NO** pierda tiempo para renovar. Todos los miembros de NJ FamilyCare deben renovar su cobertura a tiempo. Si olvida su plazo de renovación o si tiene facturas de primas de NJ FamilyCare sin pagar, corre el riesgo de perder la cobertura de salud para usted y su familia. NJ FamilyCare puede enviarle un formulario preimpreso o una solicitud en blanco para completar, y puede solicitarle que confirme el tamaño del grupo familiar. Es importante responder a cualquier solicitud por escrito lo antes posible para que no haya interrupciones en su cobertura.

Para renovar su cobertura, comuníquese con NJ FamilyCare al **1-800-701-0710** (TTY **1-800-701-0720**) o con su agencia de elegibilidad, como su Agencia de Asistencia Social del Condado (CWA).



Muy importante: asista a sus citas médicas



Recibir sus chequeos, vacunas y pruebas de detección según lo programado es una parte importante para mantenerlo saludable. A veces, las personas posponen ver al médico porque tienen miedo de obtener resultados anormales en las pruebas. Esto puede dar miedo, pero los exámenes de salud de rutina le permiten a su médico detectar cualquier problema de manera temprana, cuando la posibilidad de recibir un tratamiento exitoso es mejor. También debe asegurarse de que su hijo asista a sus visitas de control según lo programado. Algunas cosas a tener en cuenta para cumplir con las citas:

- Ignorar los problemas de salud no los hará desaparecer.
- Esperar hasta que los problemas de salud se vuelvan graves generalmente requiere más visitas al médico o al hospital para recibir tratamiento.
- Según su plan, la mayoría de los exámenes médicos de rutina están cubiertos sin costo alguno para usted.
- Las visitas de control para niños sanos aseguran que su hijo sea vacunado según lo programado.

Si tiene alguna pregunta o necesita hablar acerca de otras razones que le impiden cumplir con sus citas, llame a la línea de Horizon *Healthy Journey* al **1-844-754-2451** (TTY **711**), de lunes a viernes, de 8:30 a. m. a 5:00 p. m., (hora del este).

Servicios de lenguaje de señas estadounidense

Servicios de Atención al Miembro ahora maneja todas las solicitudes de servicios de lenguaje de señas estadounidense (ASL) según sus beneficios cubiertos. Servicios de Atención al Miembro confirmará la elegibilidad y lo conectará con estos servicios. Las solicitudes requieren al menos cinco días hábiles. Si necesita cancelar o cambiar un servicio por cualquier motivo, Servicios de Atención al Miembro puede ayudarlo.



Cáncer de mama: la mejor prevención es la detección temprana

Una mamografía es la mejor forma de detectar el cáncer de mama en las primeras etapas, cuando es más tratable. Las mujeres deben realizarse la primera mamografía entre los 35 y 39 años, y, desde entonces, una vez al año.

Una mamografía puede:

- ✓ Detectar síntomas años antes de que usted pueda palpar un bulto.
- ✓ Demorar tan solo 20 minutos, con malestares mínimos para la mayoría de las mujeres.
- ✓ Salvarle la vida.

Las mamografías de rutina están cubiertas, sin costo para usted.

Obtenga una receta de su médico y programe hoy su mamografía. Si tiene inquietudes que le impidan hacerse la mamografía, llame a Horizon *Healthy Journey* al **1-844-754-2451 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8:30 a. m. a 5:00 p. m., (hora del este).



3 de cada 4 mujeres que tienen **cáncer de mama** **NO** tienen antecedentes familiares de la enfermedad.

CADA 2 MINUTOS



le **DIAGNOSTICAN** cáncer de mama a una mujer en los EE. UU.

1 DE CADA 8 MUJERES

padecerá **CÁNCER DE MAMA** en su vida.



Administración de la atención médica compleja



El programa de Administración de la atención médica compleja de Horizon NJ Health está compuesto por un equipo de enfermeros y trabajadores sociales dedicados a ayudar a los miembros que han tenido un evento de salud o un diagnóstico médico de importancia. Nuestros administradores de atención lo visitarán en el hospital y lo ayudarán con cualquier planificación del alta. Le brindarán recursos educativos para ayudarlo a manejar su afección de salud crónica, a coordinar servicios con especialistas o su médico de atención

primaria (PCP), y a obtener los servicios necesarios de atención domiciliaria al momento del alta. Nuestros administradores de atención lo ayudarán a evitar otra visita al hospital al asegurarse de que tenga un plan de atención implementado, con los recursos y servicios adecuados.

Para obtener más información o para inscribirse en nuestro programa de Administración de la atención médica compleja, llame al **1-800-682-9094 x89634 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m., (hora del este).

Nuestros administradores de atención pueden comunicarse con usted si se dan cuenta de que ha tenido visitas frecuentes a la sala de emergencias, hospitalizaciones múltiples u otros eventos de salud en los que podría beneficiarse de nuestro programa de Administración de la atención médica.

Es casi el momento de la vacuna antigripal

La influenza (gripe) es un virus respiratorio contagioso que puede causar una enfermedad leve a grave. Si se contagia de gripe, los síntomas pueden incluir fiebre, dolor corporal y fatiga extrema. La mejor protección contra la gripe es una vacuna contra la gripe, que debe recibir todos los años. Octubre y noviembre son los mejores meses para vacunarse contra la gripe. Hable con su médico para ver si tienen la vacuna contra la gripe disponible en su consultorio. También puede recibir una vacuna antigripal gratuita en su farmacia local participante una vez que esté disponible.

¿Quién necesita vacunarse contra la gripe?

- Niños de 6 meses a 18 años.
- Las personas mayores de 50 años.
- Personas con una enfermedad crónica.
- Personas que cuidan a niños menores de 6 meses de edad.
- Mujeres embarazadas.
- Las personas que viven o cuidan a personas que tienen un alto riesgo de complicaciones de la gripe.



Las vacunas antigripales están cubiertas sin costo para usted.

Cambios en la lista de medicamentos aprobados



Horizon NJ Health desea informarle acerca de cambios recientes en nuestra lista de medicamentos aprobados (vea el cuadro). Los cambios que se encuentran en esta lista se agregarán a nuestra lista de medicamentos aprobados en el sitio web de Horizon NJ Health: www.horizonNJhealth.com. También puede encontrar la guía de la lista de medicamentos aprobados, que incluye una explicación y una lista de la terapia de pasos, los límites de cantidad/edad y los medicamentos que requieren una autorización previa, en el sitio web de Horizon NJ Health.

A continuación encontrará una lista de los cambios recientes:

Descripción del cambio en la cobertura	Nombre del medicamento de marca (genérico)	Alternativas (si corresponde)
Cubierto	Arikayce (amikacina liposomal)	–
Cubierto	Copiktra (duvelisib)	–
Cubierto	Vitakvi (larotrectinib)	–
Cubierto	Xospata (gilteritinib)	–
Cubierto	Delstrigo (doravirina, lamivudina, tenofovir disoproxil)	–
Cubierto	Juluca (dolutegravir/rilpivirina)	–
Cubierto	Symtuza (darunavir, cobicistat, emtricitabina, tenofovir)	–
Cubierto	Prevymis (letermovir)	–
Cubierto	Nivestym (filgrastim-aafi)	–
Cubierto	Udenyca (pegfilgrastim-cbqv)	–
Cubierto	Revcovi (elapegedemase-lvlr)	–
Cubierto	Epclusa Genérico (sofosbuvir/velpatasvir)	–
Cubierto	Oxervate (cenegermin-bkbj)	–
Cubierto	Incrusa Ellipta (bromuro de umeclidinio)	–
Cubierto	Takhzyro (lanadelumab-flyo)	–
Cubierto	Aimovig (erenumab-aooe)	–
Sin cobertura	Cafergot (ergotamina con cafeína)	Sumatriptán, comprimido de desintegración oral (ODT) de rizatriptán/rizatriptán o naratriptán

Descripción del cambio en la cobertura	Nombre del medicamento de marca (genérico)	Alternativas (si corresponde)
Sin cobertura	Doral (quazepam)	Alprazolam, clonazepam, diazepam, lorazepam, oxazepam, temazepam de 15 mg, temazepam de 30 mg
Sin cobertura	Restoril (temazepam) de 7.5 mg, 22,5 mg	temazepam de 15 mg, temazepam de 30 mg, alprazolam, clonazepam, diazepam, lorazepam, oxazepam
Sin cobertura	Spiriva Handihaler (tiotropio)	Incrusa Ellipta
Sin cobertura	Tudorza Pressair (bromuro de aclidinio)	Incrusa Ellipta
Sin cobertura	Tintura de opio	Loperamida, difenoxilato/atropina, subsalicilato de bismuto
Sin cobertura	Carafate (sucralfate) suspensión oral	Tabletas genéricas de Carafate
Sin cobertura	Suspensión de Naprosyn (naproxeno)	Suspensión de ibuprofeno

Hable con su médico de atención primaria (PCP) acerca de estos cambios. Si su médico de atención primaria decide que, por razones médicas, usted debe tomar un medicamento que no está en la lista de medicamentos aprobados o que necesita una aprobación previa, incluida una excepción de medicamento de marca, él/ella puede llamarnos y solicitar un permiso especial (autorización previa) para que usted reciba el medicamento. Tenga en cuenta que el límite de suministro máximo de Horizon NJ Health es de 30 días.

Nuevos medicamentos genéricos

Horizon NJ Health se compromete a proporcionar la información más actualizada sobre los nuevos medicamentos genéricos que están disponibles en el mercado y alentamos a usar productos genéricos antes de usar productos de marca cuando sea apropiado. Los medicamentos genéricos son los mismos que los de marca en cuanto a calidad, resistencia, pureza y estabilidad, según lo exige la Administración de Alimentos y Medicamentos.

Los siguientes medicamentos genéricos están actualmente en el mercado o se espera que estén en el mercado dentro de los próximos tres (3) meses.

Nombre genérico	Nombre de marca
Ambrisentán	Letairis
Dalfampridina	Ampyra
Clozapina	Comprimido de desintegración oral (ODT) de FazaClo

Su médico de atención primaria puede llamar al Departamento Farmacéutico (Pharmacy Department) de Horizon NJ Health al **1-800-682-9094** para solicitar una autorización previa.



Más de **47,000** personas murieron por una **sobredosis de opioide**

11.4 millones de personas **hicieron un mal uso** de los opioides recetados

2.1 millones de personas han tenido un **trastorno por el uso de opioides**



¿Tiene Medicare y Medicaid?

Medicamentos opioides recetados para el dolor: cómo prevenir el mal uso

Si su médico le receta un medicamento opioide, como oxicodona (OxyContin), hidrocodona (Vicodin) o metadona para el dolor, hay cosas importantes que debe saber para ayudarlo a mantenerse seguro. Los opioides son peligrosos porque pueden causar efectos secundarios graves y pueden ser muy adictivos.

Si le recetan un analgésico opioide:

- Recuerde tomar sus medicamentos exactamente como se lo indicó el médico.
- Informe a su médico sobre cualquier otro medicamento de venta libre o con receta que esté tomando.
- NO tome alcohol.
- Guarde su medicamento en un lugar seguro, fuera del alcance de los niños y de otras personas.
- Infórmele a su médico sobre cualquier efecto secundario.
- Deseche las pastillas sobrantes de manera segura.

Alternativas a los opioides

Hable con su médico sobre todas sus inquietudes y opciones de tratamiento del dolor. Puede haber planes de recetas o medicamentos más seguros que puedan ayudarlo.

Si tiene problemas con la adicción a los opioides, hable con su médico o llame al Servicio de Atención al Miembro al **1-800-682-9090 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Fuente: Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.: [hhs.gov/opioids](https://www.hhs.gov/opioids)

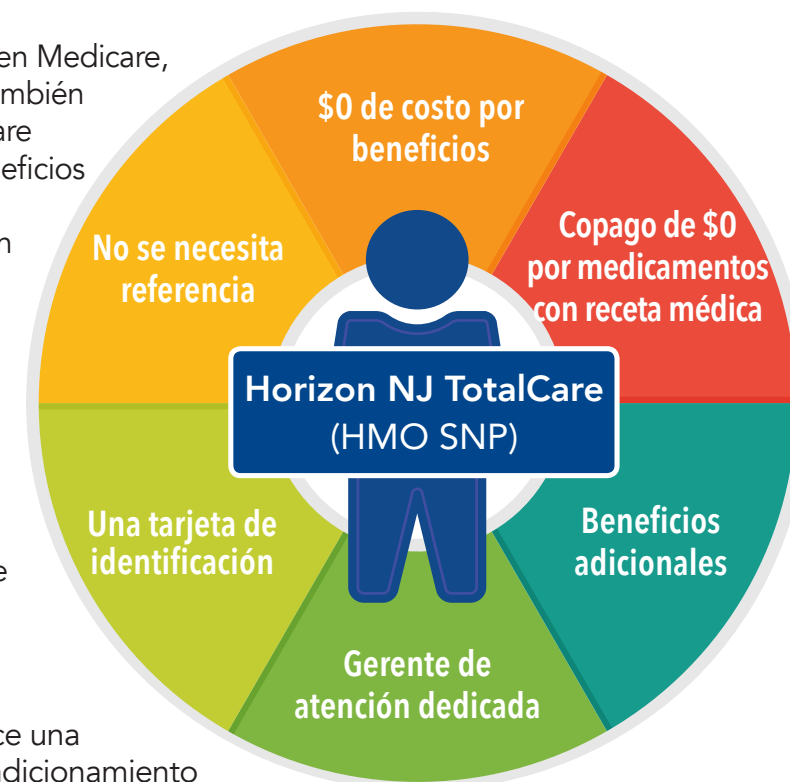
Nuestro compromiso con la calidad

El programa de Mejoramiento de la Calidad (Quality Improvement, QI) de Horizon NJ Health trabaja con miembros y médicos para mejorar la calidad de la atención médica y los servicios que usted recibe. Nuestro programa de QI garantiza que estos servicios continúen siendo adecuados, necesarios y administrados correctamente. Controlamos áreas que afectan la atención médica que reciben nuestros miembros, como el acceso a la atención médica, los exámenes de detección y la satisfacción de los miembros. Para obtener más información sobre el programa de QI de Horizon NJ Health y su progreso hacia el cumplimiento de objetivos, visite horizonNJhealth.com/quality o llame al Servicio de Atención al Miembro al **1-800-682-9090 (TTY 711)** y pregunte por el Departamento de Calidad.

Los miembros de Horizon NJ Health que tienen Medicare, o que pueden ser elegibles para Medicare, también pueden ser elegibles para Horizon NJ TotalCare (HMO SNP). Este plan combina todos los beneficios cubiertos por Medicare y los beneficios de atención administrada de Medicaid en un plan fácil de usar y sin costo. Los miembros de Horizon NJ TotalCare (HMO SNP) cuentan con los siguientes beneficios:

- **\$245 por trimestre** para comprar artículos para la salud del catálogo de Beneficios de productos para la salud.
- **\$250 adicionales por trimestre** en una tarjeta prepagada de beneficios de medicamentos de venta libre (OTC) para comprar productos para la salud elegibles en tiendas minoristas.
- **El programa FitnessCoach®**, que ofrece una membresía gratuita en centros de acondicionamiento físico participantes and YMCA, o kits gratuitos de acondicionamiento físico en el hogar.

Para obtener más información, llame al **1-888-328-5736 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los siete días de la semana, o visite HorizonBlue.com/TotalCare.



Derechos y responsabilidades de los miembros

Como miembro de Horizon NJ Health, usted tiene derechos, responsabilidades y opciones respecto de la atención médica que recibe. Puede encontrar sus derechos y responsabilidades como miembro en su Manual para miembros de Horizon NJ Health o en horizonNJhealth.com/memberrights.

Evitar complicaciones de la diabetes

Con el tiempo, la diabetes no controlada puede afectar los órganos principales del cuerpo, incluidos el corazón, los vasos sanguíneos, los nervios, los ojos y los riñones. Si tiene diabetes, hay exámenes y pruebas de detección que debe hacerse regularmente para evitar complicaciones.

¿A quién debería ver?	¿Por qué?	¿Con qué frecuencia?
Médico de atención primaria o endocrinólogo	Controlar los niveles de azúcar en la sangre, la función renal y el daño nervioso relacionado con la diabetes.	3 cada 6 meses
Médico de atención primaria	Examen físico, presión arterial, colesterol, índice de masa corporal (BMI)	Anualmente
Oftalmólogo u optometrista (oculista)	Pruebas oculares para retinopatía, cataratas, glaucoma	Anualmente
Dentista	Limpieza de dientes y encías, exámenes dentales para enfermedades periodontales	Cada 6 meses
Podólogo	Examen de los pies	Dos veces al año

Hay pasos simples que puede seguir para evitar complicaciones de la diabetes:

- Tomar sus medicamentos según lo indicado por su médico.
- Mantener su nivel de azúcar en sangre lo más cerca posible de lo normal.
- Seguir una dieta equilibrada.
- Evitar fumar y evitar o limitar la ingesta de alcohol.
 - o Si fuma y está listo para dejar de fumar, puede comunicarse con NJ Quitline para recibir asesoramiento gratuito al **1-866-657-8677** (TTY **711**).
- Hacer 30 minutos de actividad física todos los días.

Si tiene preguntas, llame a la línea gratuita de Horizon *Healthy Journey* al **1-844-754-2451** (TTY **711**), de lunes a viernes, de 8:30 a. m. a 5:00 p. m., (hora del este).



Los chequeos de la diabetes de rutina son un beneficio cubierto, sin costo para usted.

BabyGems para embarazadas y madres primerizas



Puede usar la aplicación gratuita BabyGEMS para rastrear la salud de su bebé en cada etapa de su embarazo y después del nacimiento. Con BabyGEMS, puede obtener acceso al Programa prenatal Mom's GEMS, ver los hitos de salud para usted y su bebé, encontrar respuestas a preguntas comunes sobre el embarazo y mucho más. Descargue la aplicación BabyGEMS o envíe un mensaje de texto con la palabra **GEMS** al **1-855-553-0461**.

Emergencias: qué saber y cuándo ir a la sala de emergencias (ER)



Una enfermedad o lesión inesperada puede ocurrir en cualquier momento, lo que la convierte en una situación de emergencia. Determinar si es o no una **verdadera emergencia médica** depende de usted. Una **verdadera emergencia médica** es una enfermedad o lesión grave que podría poner en grave peligro la vida o la salud de la persona (o en el caso de una mujer embarazada, la vida de un bebé nonato) si no obtiene atención médica de inmediato. Si se produce una emergencia real, diríjase a la sala de emergencias más cercana o llame al **911**. Si tiene un problema médico que no pone en peligro la vida, puede llamar a su médico para recibir atención.

Diríjase a una sala de emergencias (ER) o llame al 911 si padece lo siguiente:

- Dificultad para respirar, moverse o hablar.
- Dolor en el pecho.
- Fracturas de huesos.
- Sangrado que no se detiene.
- Tos o vómitos con sangre.
- Dolor repentino o grave.
- Sentimientos o pensamientos de que podría lastimarse a usted mismo o a otros.
- Desmayos, debilidad o mareos repentinos.
- Reacción alérgica grave.

Si está en trabajo de parto durante el embarazo, siga las instrucciones de su obstetra/ginecólogo sobre lo que debe hacer.

Cuándo comunicarse con su médico:

- Tos y resfrío.
- Fiebre leve.
- Dolor de oído.
- Dolores de cabeza.
- Vómitos, diarrea o malestar estomacal.
- Cortes o hematomas.
- Quemaduras menores.
- Lesiones, dolores o molestias menores.

Si tiene un problema médico y no puede ver a su proveedor lo suficientemente pronto, puede ir a una clínica de atención de urgencia. Si tiene alguna pregunta, llame a Servicios de Atención al Miembro al **1-800-682-9090** (TTY **711**), las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Fuente: medlineplus.gov



Actualizaciones al proceso de apelaciones internas

Horizon NJ Health tiene un proceso para los miembros que nos solicitan que revisemos y cambiemos nuestra decisión si hemos denegado o reducido los servicios. Esto se denomina apelación interna. Los miembros ahora pueden solicitar un tiempo de revisión más rápido. Si usted o el proveedor a cargo de su atención consideran que este período de 30 días calendario para decidir su apelación es demasiado largo y podría perjudicar su salud, puede llamar y pedir una apelación acelerada o rápida.

En una apelación rápida, Horizon NJ Health decidirá su apelación interna en un plazo de 72 horas a partir del momento de la recepción. Puede solicitar una apelación rápida:

- Si es un paciente hospitalizado en un centro.
- Si la atención que recibió fue por un problema de salud urgente o de emergencia.
- Si es médicamente necesario, y tomar 30 días calendario para decidir que la apelación podría dañarlo gravemente de alguna manera.



Para solicitar una apelación rápida, llame al **1-800-682-9094 x89606 (TTY 711)**, de lunes a viernes, de 8:30 a. m. a 5:00 p. m., (hora del este).

Recordatorio: regístrese para usar la asistencia al miembro en línea



La asistencia al miembro en línea de Horizon NJ Health hace que sea más fácil mantenerse conectado con nosotros y obtener la información que necesita para cuidar su salud.

Con la asistencia al miembro en línea, puede:

- Cambiar de médico de atención primaria.
- Solicitar una nueva tarjeta de identificación de miembro.

- Obtener información importante sobre el plan.
- Y mucho más.

Si aún no se ha registrado, simplemente puede visitar **horizonNJhealth.com** y seleccionar **Member Sign In (Ingreso de miembros)**.

Cómo usamos y protegemos su información privada



Se requiere que Horizon NJ Health notifique a los miembros la disponibilidad de nuestro Aviso de prácticas de privacidad, que se puede encontrar en **horizonNJhealth.com/privacy-policy**.

Este Aviso tiene información importante sobre cómo Horizon NJ Health usa, divulga y protege la información del miembro, así como los derechos que los miembros tienen con respecto a su información de salud protegida (PHI).

Horizon NJ Health cumple con las leyes de derechos civiles federales aplicables y no discrimina sobre la base de raza, color, género, nacionalidad, edad, discapacidad, embarazo, identidad de género, sexo, orientación sexual o estado de salud en la administración del plan, incluidas las determinaciones sobre inscripción y beneficios.

Aviso de no discriminación

Horizon NJ Health cumple con las leyes de derechos civiles federales aplicables y no discrimina, excluye ni trata de forma diferente a las personas según su raza, color, género, nacionalidad, edad, discapacidad, embarazo, identidad de género, sexo, orientación sexual o estado de salud en la administración del plan, incluidas las determinaciones sobre inscripción y beneficios. Horizon NJ Health proporciona ayuda y servicios gratuitos a personas con discapacidades (p. ej. intérpretes calificados e información en otros formatos) y a personas cuyo idioma principal no sea el inglés (p. ej. información en otros idiomas) para que puedan comunicarse con nosotros de manera efectiva.

Comunicarse con Servicios a los miembros

Llame a Servicios a los miembros al **1-844-498-9393 (TTY 711)** o al número de teléfono que se encuentra en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro, si necesita ayuda y servicios gratuitos mencionados anteriormente y por cualquier otro problema relativo a Servicios a los miembros.

Presentar un reclamo de la Sección 1557

Si considera que Horizon NJ Health no le proporcionó la ayuda y los servicios de comunicación gratuitos, o se sintió discriminado por uno de los motivos descritos anteriormente, puede presentar una queja por discriminación, que también se conoce como reclamo de la Sección 1557. Puede comunicarse con el coordinador de Derechos Civiles de Horizon NJ Health llamando al número de Servicios a los miembros que figura en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro o escribiendo a:

**Horizon NJ Health
Civil Rights Coordinator
PO Box 10194
Newark, NJ 07101**

También puede presentar un reclamo por derechos civiles ante el portal de quejas de la Oficina de Derechos Civiles de Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos en línea en **https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf**; por correo a **U.S. Department of Health and Human Services, 200 Independence Avenue, SW, Room 509F, HHH Building, Washington, D.C. 20201** or by phone at **1-800-368-1019** or **1-800-537-7697 (TDD)**. Los formularios para quejas de la Oficina de Derechos Civiles están disponibles en **www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html**.

Asistencia con el idioma

注意：如果您使用繁體中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 **1-844-498-9393 (TTY 711)**。

주의: 한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다.

1-844-498-9393 (TTY 711) 번으로 전화해 주십시오.

ATENÇÃO: Se fala português, encontram-se disponíveis serviços linguísticos, grátis. Ligue para **1-844-498-9393 (TTY 711)**.

સુચના: જો તમે ગુજરાતી બોલતા હો, તો નિ:શુલ્ક ભાષા સહાય સેવાઓ તમારા માટે ઉપલબ્ધ છે. ફોન કરો **1-844-498-9393 (TTY 711)**.

UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer **1-844-498-9393 (TTY 711)**.

ATTENZIONE: In caso la lingua parlata sia l'italiano, sono disponibili servizi di assistenza linguistica gratuiti. Chiamare il numero **1-844-498-9393 (TTY 711)**.

ملحوظة: إذا كنت تتحدث اذكر اللغة، فإن خدمات المساعدة اللغوية تتوافر لك بالمجان. اتصل برقم **1-844-498-9393 (رقم هاتف الصم والبكم 711)**.

PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa **1-844-498-9393 (TTY 711)**.

ВНИМАНИЕ: Если вы говорите на русском языке, то вам доступны бесплатные услуги перевода. Звоните **1-844-498-9393 (телетайп 711)**.

ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis ed pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele **1-844-498-9393 (TTY 711)**.

ध्यान दें: यदि आप हिंदी बोलते हैं तो आपके लिए मुफ्त में भाषा सहायता सेवाएं उपलब्ध हैं।

1-844-498-9393 (TTY 711) पर कॉल करें।

CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Gọi số **1-844-498-9393 (TTY 711)**.

ATTENTION: Si vous parlez français, des services d'aide linguistique vous sont proposés gratuitement. Appelez le

1-844-498-9393 (ATS 711).

خبردار: اگر آپ اردو بولتے ہیں، تو آپ کو زبان کی مدد کی خدمات مفت میں دستیاب ہیں۔ کال کریں

1-844-498-9393 (TTY 711).

Blue Notes

Servicio de Atención al Miembro **1-800-682-9090 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los siete días de la semana.
horizonNJhealth.com

BLUE NOTES se publica para miembros de Horizon NJ Health, 1700 American Blvd., Pennington, NJ 08534. La información contenida en BLUE NOTES proviene de una amplia diversidad de expertos médicos. Si tiene preocupaciones o preguntas respecto de contenido específico que pueda afectar su salud, comuníquese con su médico. Es posible que se utilicen modelos en las fotos e ilustraciones.

Horizon NJ TotalCare (HMO SNP) es un plan de necesidades especiales de elegibilidad doble de Medicare Advantage HMO que tiene contrato con Medicare y con el programa de Medicaid del estado de New Jersey. La membresía en Horizon NJ TotalCare (HMO SNP) depende de la renovación del contrato. Los productos son proporcionados por Horizon NJ Health. Las comunicaciones son emitidas por Horizon Blue Cross Blue Shield of New Jersey en calidad de administrador de programas y relaciones con proveedores para todas sus compañías. Ambas son licenciatarias independientes de Blue Cross and Blue Shield Association.

Los nombres y los símbolos de Blue Cross® y Blue Shield® son marcas registradas de Blue Cross and Blue Shield Association. El nombre y los símbolos de Horizon® son marcas registradas de Horizon Blue Cross Blue Shield of New Jersey.
© 2019 Horizon Blue Cross Blue Shield of New Jersey. Three Penn Plaza East, Newark, New Jersey 07105.

086-19-95

Y0090_H8298_EC003728S_M



Horizon NJ Health se ha unido a usuarios activos en Facebook® con nuestra propia página corporativa,
[facebook.com/HorizonNJH](https://www.facebook.com/HorizonNJH)



Puede mantenerse actualizado sobre las últimas noticias de la compañía y sobre información sobre salud y bienestar. Síguenos en Twitter,™ [twitter.com/HorizonNJHealth](https://www.twitter.com/HorizonNJHealth).