



¿Tiene una visita de atención de la salud próximamente?

5 consejos para ayudarle a aprovecharla al máximo



En UnitedHealthcare® Community Plan of New Jersey, nos preocupamos por usted y por su salud. Es por eso que queremos asegurarnos de que todas sus citas de atención de la salud sean útiles y valiosas para usted. Estos son algunos consejos para que tenga en cuenta.

Antes de la visita

1 Busque un proveedor adecuado para usted

¿El proveedor da citas en horarios convenientes para usted? ¿Es fácil llegar a su consultorio? ¿Habla su idioma? Si necesita ayuda para encontrar un proveedor, llame a Servicio para Miembros al número que aparece en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro. Será un placer ayudarle.

Es común que las visitas de rutina y a especialistas se programen recién para dentro de 4 semanas. Si está enfermo, debería tener una visita disponible dentro de las 72 horas. Los centros de atención de urgencia están disponibles de inmediato cuando su médico de cabecera (Primary Care Provider, PCP) no puede brindarle atención rápidamente. Solo use la sala de emergencias cuando tenga una emergencia que ponga en riesgo su vida.

2 Prepárese para su visita

Antes de ir a la cita, tómese el tiempo para recopilar información sobre su salud para poder compartirla en la visita.

- Haga una lista de los medicamentos que toma y las cantidades que toma.
- Reúna las notas de visitas anteriores a proveedores, incluidas las visitas a hospitales o centros de atención de urgencia. Si los tiene, incluya los resúmenes que le hayan dado esos proveedores.
- Haga una lista con las preguntas que desee hacer.
- Tenga a mano la tarjeta del seguro y su identificación para llevarlas a la cita.

Por lo general, los proveedores tienen formularios en el consultorio que les ayudan a conocer los antecedentes médicos de cada paciente. Usted podría preguntar si esos formularios se pueden enviar por correo o completar en línea antes de su visita. De esa manera, podría completarlos cuando le resulte conveniente en lugar de hacerlo en el consultorio del proveedor.

5 consejos para ayudarle a aprovechar al máximo su visita de atención de la salud

En la visita

3 Comparta su información

Cuando llegue a la visita, complete los formularios requeridos. También comparta la información que recopiló antes de ir a la cita. Responda todas las preguntas de manera franca y sincera. De esa manera, su proveedor podrá comprender sus necesidades de atención de la salud.

4 Obtenga respuestas y haga planes para el futuro

A veces, los servicios de atención de la salud pueden ser confusos. Si hay algo que no entiende, siempre puede pedirle al proveedor que se lo explique de otra manera. Mientras se encuentra en la cita:

- Si anotó preguntas para hacer antes de la cita, hágalas. Si surgen otras preguntas, hágalas también. Tome nota de las respuestas para recordarlas más fácilmente.
- Si no está de acuerdo con las recomendaciones que le da el proveedor, puede decírselo. Plantee sus inquietudes y pregunte si hay otras opciones.
- Solicite un resumen de la visita. Este es un documento impreso que brinda detalles sobre su visita y las recomendaciones del proveedor.
- Si su proveedor le recomienda que haga una visita de seguimiento, programe la cita antes de abandonar el consultorio.
- Si el proveedor solicita pruebas especiales, pregúntele si necesita una autorización previa (aprobación del seguro).

Después de la visita

5 Siga los consejos del proveedor

Después de la visita, programe una cita para los análisis de laboratorio u otras pruebas que le hayan solicitado. Llame a Servicios para Miembros si necesita ayuda para programar una prueba o si no sabe bien si necesita autorización previa.

También recuerde tomar sus medicamentos según las indicaciones. Para recibir cómodamente muchos de sus medicamentos, puede usar el beneficio de envío por correo de su farmacia (Programa de suministros para 90 días en farmacias de venta al por menor).

Estamos aquí para ayudarle

Es importante tener un proveedor regular que pueda ayudarle a hacerse cargo de su salud. Si no tiene un proveedor, o si desea consultar a uno diferente, llame a Servicios para Miembros al número que se encuentra en el reverso de su tarjeta de identificación de miembro.