

Información básica sobre la atención de la salud

Su guía para entender el cuidado de la salud en Rhode Island



¿Quién puede ayudarme con el cuidado de mi salud?

¿Dónde puedo atenderme en el medio de la noche?

¿Cómo cuido la salud de mis hijos?



El cuidado de la salud nos confunde. Son tantos los médicos y las pruebas y las palabras que no entendemos. ¡Y los costos asustan!

Una de las cosas más importantes que tratamos de hacer en Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island es lograr que el sistema de cuidado de la salud resulte más fácil de entender. De modo que creamos esta guía para ayudarlo a comprender de qué se trata.

Índice

Cómo funciona el cuidado de la salud	3
• ¿Quién puede ayudarme con mi atención?	
• ¿Dónde puedo acudir para que me atiendan?	
• Cómo prepararse para la visita médica	
• 5 preguntas para hacerle al médico	
• Haga estas preguntas sobre su medicamento	
• Cómo cuidar la salud de sus hijos	
• Por qué son importantes las vacunas	
• Cómo cuidar los dientes	
Cómo funciona el seguro	10
• De qué manera lo ayuda el seguro de salud	
• Elija el plan que más le convenga	
• Tipos de seguros de salud	
• Qué paga su dinero	
• Cómo pagar su atención	
Palabras muy usadas	14
Cómo obtener más información	16

Cómo funciona el cuidado de la salud

¿Quién puede ayudarme con mi atención?

Usted puede recibir atención de diversos médicos, enfermeros y otros profesionales sanitarios. Todos ellos trabajan juntos para que usted se mantenga saludable. Esto es lo que hacen.

Proveedores de atención primaria (PCP)

- Ellos son las primeras personas a las que debe llamar cuando tiene un problema de salud que no es una emergencia.
- Le hacen los controles periódicos.
- Le brindan atención para sus enfermedades, la mayoría de los problemas de salud que se presentan y las lesiones de menor importancia.
- Lo derivan a los especialistas (por ejemplo, al cardiólogo, que es quien se ocupa de los problemas del corazón) cuando es necesario y coordinan con ellos su atención.
- Pueden ser médicos, enfermeros practicantes o auxiliares médicos.

Enfermeros practicantes

- Pueden actuar como PCP o trabajar con especialistas.
- Trabajan en colaboración con un médico para brindar atención médica.
- Se focalizan en un área específica de la enfermería, como en pediatría (salud de los niños) o en medicina familiar.
- Brindan una amplia variedad de servicios para el cuidado de la salud.
- Extienden recetas.

Auxiliares médicos

- Pueden actuar como PCP o trabajar con especialistas.
- Trabajan en estrecha colaboración con un médico para brindar atención médica.
- Brindan una amplia variedad de servicios para el cuidado de la salud.
- Extienden recetas.

Administradores de casos

- Pueden ser enfermeros, trabajadores sociales o profesionales de salud conductual.
- Ayudan con los temas médicos difíciles o con enfermedades que requieren una atención constante, como es el caso de la diabetes.
- Trabajan con los médicos para ayudarle a cumplir con sus planes de tratamiento.
- Lo ayudan a buscar servicios útiles a través de su seguro de salud y en la comunidad.

Profesionales de la salud conductual

- Ellos tratan la salud mental y emocional, incluido el trastorno de abuso de sustancias.
- Pueden ser trabajadores sociales, psicólogos, asesores de salud mental, terapeutas de familia y matrimoniales, y algunos enfermeros practicantes.
- Se incluyen aquí los psiquiatras, que también son médicos.

Especialistas

- Son médicos que se han capacitado especialmente en una determinada parte del cuerpo, como los cardiólogos, que tratan los problemas del corazón.
- Pueden tratar enfermedades específicas, como los oncólogos, que tratan a pacientes con cáncer.

Farmacéuticos

- Responden las preguntas que usted tenga respecto de sus medicamentos recetados.
- Lo aconsejan sobre cómo tomar los medicamentos recetados.
- Pueden trabajar con usted y su médico para tratar de encontrar medicamentos recetados más económicos.

Consejo

Los miembros de Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island pueden usar la herramienta **Find a Doctor** (buscar un médico), en [bcbsri.com](https://www.bcbsri.com).

¿Dónde puedo acudir para que me atiendan?

¿Qué pasa cuando tiene un resfrío muy fuerte o se tuerce un tobillo y el consultorio de su médico está cerrado? Cuando se trata de enfermedades y lesiones leves, no necesita ir a la sala de emergencias. Primero, pruebe con el consultorio de su médico. Luego, estas opciones podrían ahorrarle tiempo y dinero.



Llame a su médico las 24 horas, los 7 días de la semana

Muchos consultorios médicos ahora atienden en horarios nocturnos y los fines de semana, así que, si no es una emergencia, llame primero al consultorio. Incluso si no están atendiendo al público, es posible que encuentre a un médico o a un enfermero disponible. Ellos le ayudarán a decidir si puede esperar a recibir atención hasta que abra el consultorio o si necesita ayuda de inmediato.



Acuda a una clínica ambulatoria

Normalmente están abiertas todos los días, incluso por la noche.

Estas clínicas, a las que se acude sin cita previa, le brindan asistencia en casos de enfermedades y lesiones de poca importancia, como en el caso de:

- Tos, dolor de garganta, fiebre
- Gripe
- Dolor de oídos o senos nasales
- Golpes, cortes, raspones
- Hinchazón, irritación o dolor de los ojos



Hable con un médico en línea

Abierto las 24 horas, los 7 días de la semana

Hable con un médico a través de su teléfono inteligente, su tableta o su computadora. Ellos pueden tratar enfermedades y lesiones como:

- Tos, dolor de garganta, fiebre
- Gripe
- Dolor de oídos o senos nasales
- Golpes, cortes, raspones
- Hinchazón, irritación o dolor de los ojos
- Náuseas, vómitos, diarrea
- Dolor de espalda
- Torceduras
- Asma leve

Consejo

Los miembros de Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island pueden descargar las aplicaciones iOS™ o Android™ Amwell App®, App®; ingrese en amwell.com o llame al **1-855-818-DOCS**.

American Well es una empresa independiente que tiene contrato con BCBSRI para ofrecer los servicios de telemedicina a través de médicos en línea.



Centro de atención de urgencias

Normalmente abiertos todos los días, incluso por la noche.

Estos centros tratan afecciones graves, pero que no significan un riesgo de muerte, por ejemplo:

- Tos, dolor de garganta, fiebre
- Gripe
- Dolor de oídos o senos nasales
- Golpes, cortes, raspones
- Hinchazón, irritación o dolor de los ojos
- Náuseas, vómitos, diarrea
- Dolor de espalda
- Torceduras
- Asma leve
- Suturas
- Mordeduras de animales
- Quemaduras



Sala de emergencia

Abierto las 24 horas, los 7 días de la semana

Si cree que su salud está en grave peligro, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias de inmediato.

Los síntomas que se evalúan de la mejor manera en una sala de emergencias incluyen:

- Dificultad para respirar
- Dolor persistente en el pecho
- Estado mental alterado o confusión, incluidos los pensamientos suicidas
- Dolor de cabeza repentino e intenso
- Cortaduras profundas que requieren sutura o heridas grandes y abiertas que no paran de sangrar
- Huesos rotos o dislocados



Si no tiene seguro de salud

Puede obtener servicios médicos gratuitos en:

Rhode Island Free Clinic (clínica gratuita de Rhode Island)

RIFreeClinic.org
(401) 274-6347
Allí hablan español.

Clínica Esperanza/Hope Clinic

APlaceToBeHealthy.org
(401) 347-9093
Allí hablan español y otros idiomas.

Información adaptada de Blue Cross and Blue Shield Association. La información que se proporciona en este documento no es un consejo médico y no se la debe usar en casos de emergencia médica ni para el diagnóstico o el tratamiento de ninguna afección médica. Para el diagnóstico y el tratamiento de toda afección médica, debe consultarse a un médico autorizado. En caso de emergencia médica, llame al 911.

iOS es una marca comercial o marca comercial registrada de Cisco en los EE. UU. y en otros países, y se la usa bajo licencia. Android es una marca comercial de Google Inc. AMWELL es una marca comercial de American Well Corporation.



Cómo prepararse para la visita médica

Cuando vaya a una consulta médica, en especial con su proveedor de atención primaria (PCP), asegúrese de llevar todo lo que necesite, cuando vaya y cuando vuelva.



Qué debe llevar

- Sus preguntas e inquietudes.
- Una lista de todos los medicamentos o vitaminas que use, en la que incluya la cantidad que usa.
- Los nombres y los números de teléfono de los demás médicos a los que consulte.
- Los resultados de todas las pruebas médicas que se haya hecho desde la última cita médica.
- Un familiar o un amigo que tome notas, si es necesario.



Con qué debe regresar a su casa

- Con las respuestas a todas sus preguntas.
- Con las instrucciones sobre lo que debe hacer (si es que debe hacer algo) antes de la próxima visita.
- Con información sobre los problemas nuevos y los que ya tenía.
- Con los resultados de las últimas pruebas.
- Con instrucciones específicas para tomar los medicamentos que le receten.

Es importante que sienta que ha obtenido de su PCP toda la información que necesita y que ha entendido lo que esa información significa.

5 preguntas para hacerle al médico

Estas 5 preguntas le ayudarán a hablar con su médico acerca de la atención que necesita y la que no necesita.

1. ¿Por qué debo hacerme esta prueba o procedimiento?

Las pruebas médicas los ayudan a usted y a su médico a decidir de qué manera tratarán un problema. Los procedimientos médicos de hecho ayudan al tratamiento.

2. ¿Cuáles son los riesgos y los efectos secundarios?

¿Habrá efectos secundarios? ¿Qué posibilidades hay de que los resultados no sean exactos? ¿Podría esto llevar a otras pruebas u otro procedimiento?

3. ¿Hay alguna otra opción más sencilla o más segura?

Discuta con su médico la posibilidad de hacer cambios en su estilo de vida, como comer alimentos más saludables o hacer más ejercicio físico.

4. ¿Qué sucedería si no hago nada?

Pregunte si su afección podría empeorar (o mejorar) si no se hace la prueba o el procedimiento de inmediato.

5. ¿Cuánto cuesta? Y ¿Pagaré mi seguro esa prueba o ese procedimiento?

Pregunte si hay opciones más baratas. Averigüe qué es lo que pagará su seguro. Si el médico le hace una receta, pregunte si hay medicamentos genéricos que podría tomar en vez de los medicamentos de marca.

Consejo

Los miembros de Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island pueden comparar los costos de las pruebas con la herramienta Cost Calculator (calculadora de costos), en bcbstri.com.

Haga estas preguntas sobre su medicamento

Quizás el médico le dé una receta para que tome un medicamento específico para cierto problema de salud. Es posible que el seguro de salud le ayude a pagar el costo de estos medicamentos recetados, y los medicamentos que estén incluidos en la lista de medicamentos aprobados del plan de salud (lo que llamamos «formulario») serán, en general, menos caros para usted. No olvide preguntar a su médico o a su compañía de seguros acerca de los costos y, además, haga estas preguntas:

- ¿Cuál es el nombre del medicamento?
- ¿Por qué debo tomarlo?
- ¿Afectará este medicamento la acción de otros medicamentos que estoy tomando?
- ¿Hay algún medicamento genérico que sea más económico?
- ¿Debo tomar este medicamento con el estómago vacío o con alimentos?
- ¿Qué alimentos o bebidas debo evitar mientras tomo este medicamento?
- ¿Cuánto debo tomar? ¿Cuándo? Y, ¿por cuánto tiempo?
- ¿Hay algún problema o efecto secundario al que debería estar atento?



Cómo cuidar la salud de sus hijos

Las visitas periódicas al médico de su hijo, el pediatra, se denominan «visitas de bienestar» y ayudan a mantener la buena salud del niño. En estas visitas, el médico controla el crecimiento del niño, le aplica vacunas para prevenir enfermedades, verifica que no tenga ninguna enfermedad y le examina la vista, la audición, la dentadura y el desarrollo general. Los padres deben llevar a sus bebés a estas visitas de bienestar a las siguientes edades:

- de 2 a 4 días
- 1 mes
- 2 meses
- 4 meses
- 6 meses
- 9 meses
- 12 meses (1 año)
- 15 meses
- 18 meses
- 24 meses (2 años)
- 30 meses
- 36 meses (3 años)



A partir de los 3 años de edad, las visitas de bienestar se coordinan una vez por año.  Este es el cronograma recomendado por la Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics).

Por qué son importantes las vacunas para los niños... y también para usted

Como padres, ustedes siempre desean lo mejor para sus hijos, y la vacunación es, sin ninguna duda, una de las mejores maneras de proteger la salud de sus hijos. Las vacunas ayudan a prevenir enfermedades como el sarampión o la gripe.



Las vacunas pueden salvar la vida de su hijo.

Los niños están protegidos contra enfermedades que pueden causar sordera, daño cerebral, parálisis e, incluso, la muerte.



No existe ningún vínculo entre las vacunas y el autismo.

La Academia Estadounidense de Pediatría, las agencias del gobierno de los EE. UU. y más de una docena de estudios no han podido hallar ninguna asociación entre el autismo y las vacunas.



Las vacunas protegen a todos.

Cuando la mayoría de las personas se vacunan contra una enfermedad, también se protegen aquellos que no pueden vacunarse, como los bebés y los adultos que están demasiado enfermos para recibir vacunas.

No olvide su propia salud. Como adulto, usted puede vacunarse contra ciertas enfermedades, como la gripe. Hable con su proveedor de atención primaria (PCP) sobre la vacuna contra la gripe y otras vacunas para los adultos.



Cómo cuidar los dientes

El médico y el dentista tienen el mismo objetivo: mantener todo su cuerpo saludable. Casi la mitad de los estadounidenses adultos tienen las encías enfermas, lo que puede empeorar otros problemas. El dentista también puede ayudarlo a detectar problemas como diabetes, enfermedad del corazón y cáncer.

Cuando vaya al dentista

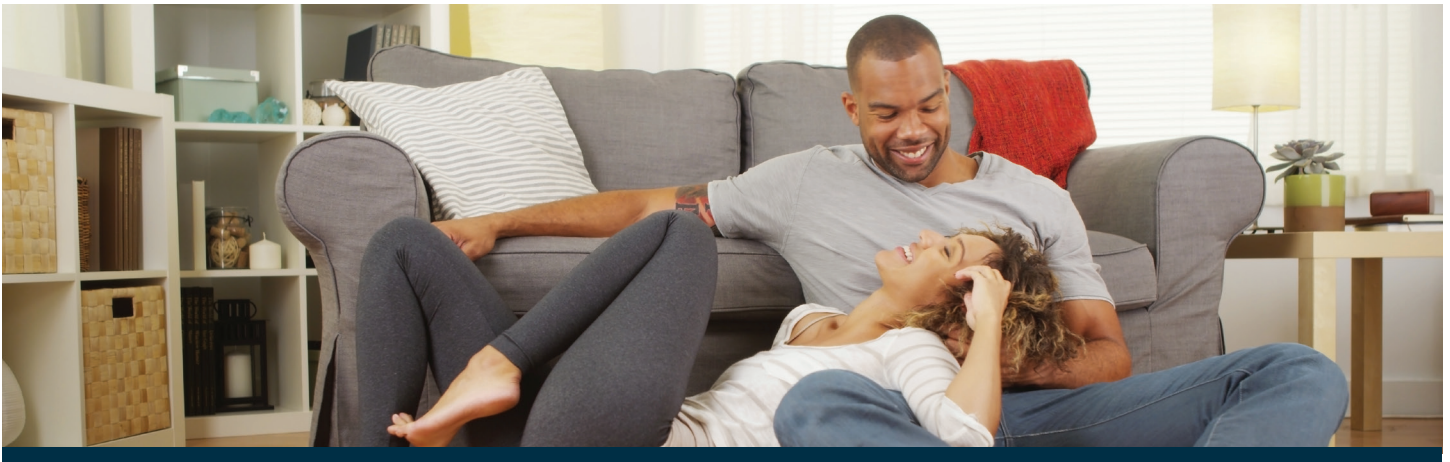
- Mencione al dentista todos sus problemas; eso incluye, por ejemplo, dolor de dientes, sangrado de encías y mal aliento.
- Comparta con él su historia clínica. La diabetes y otros problemas de salud pueden afectar sus dientes y sus encías.
- Entregue al dentista una lista de los medicamentos recetados que toma. Muchos medicamentos pueden provocar efectos secundarios en la boca. Por ejemplo, la sequedad en la boca producida por un medicamento puede ser causa de caries.

4 consejos para una boca sana

La buena salud dental es importante para mantener la buena salud de todo el cuerpo. Estos consejos pueden ayudarlo a proteger sus dientes y su boca:

- Hágase limpiezas dentales periódicas (al menos dos por año)
- Cepílese los dientes dos veces por día y use el hilo dental a diario.
- Asegúrese de que el dentista conozca su historia clínica, incluida toda afección médica y los medicamentos recetados que recibe.
- Ingiera una dieta saludable (con bajo contenido de azúcar, muchas frutas y verduras).

Cómo funciona el seguro de salud



De qué manera lo ayuda el seguro de salud

Las cuentas por servicios médicos suelen ser muy altas. El tratamiento para un hueso roto, por ejemplo, podría costar \$2,500. Una hospitalización de una semana podría costarle casi \$20,000. El seguro de salud le ayudará a pagar las cuentas de los servicios médicos que reciba.

Usted paga mensualmente una determinada cantidad de dinero a la compañía de seguros (esto se llama «prima») y la compañía de seguros le ayuda a pagar las cuentas de los servicios médicos.

El seguro de salud también le permite ir al médico para los controles y otra atención preventiva, de modo que el médico pueda ayudarlo a mantener su buena salud y a detectar cualquier problema antes de que se transforme en un problema grave.

Puede pensar en el seguro como un grupo de personas que aportan y juntan su dinero, y cada persona lo utiliza si lo necesita.

- Muchas personas compran seguros; algunas necesitan ayuda médica extra y otras muy poca ayuda.
- Las compañías de seguro reúnen los pagos de todos los miembros y usan ese dinero para pagar a los médicos, los hospitales, las farmacias y a otros proveedores del cuidado de la salud a los que acuden los miembros.
- Cuantas más personas formen ese grupo, mejor pueden distribuirse los costos y así, el monto que usted paga por el seguro (las primas) es más bajo para cada persona.



Un hueso roto podría costar
\$2,500



Una hospitalización de una semana
podría costar casi
\$20,000

Elija el plan de salud que más le convenga

Si responde estas tres preguntas, podrá tener una idea más clara de qué tipo de plan de salud necesita.



¿Prefiere pagar menos dinero por mes en primas y, en cambio, pagar más por los servicios médicos?

Analice qué funciona mejor para su presupuesto: pagar una prima más alta pero predecible cada mes o pagar más dinero de su bolsillo cuando utiliza los servicios médicos. Un plan con primas más bajas y un deducible más alto puede ser una buena elección si su salud general es buena, usted no prevé utilizar muchos servicios y ha ahorrado lo suficiente para pagar su parte de los costos, si hace falta.



¿Tiene problemas de salud constantes o prevé que necesitará más atención este año?

Si cree que usará muchos servicios, es posible que le convenga un plan que cubra una parte mayor de sus cuentas de servicios médicos. A menudo, estos planes cobran primas mensuales más altas, pero seguramente pagará menos cada vez que reciba atención de la salud.



¿Está pagando por una variedad de médicos más amplia que la que necesita?

Los planes con una red nacional de médicos y hospitales suelen costar más que los planes con opciones locales o regionales. Si no recibe atención fuera de Rhode Island, contar con una red nacional es como pagar por datos extra en el teléfono celular que no necesita.

Consejo

Los miembros de Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island pueden usar la herramienta **Find a Doctor** (buscar un médico), en [bcbstri.com](https://www.bcbstri.com).

Tipos de seguros de salud



Grupal: Para aquellas personas que tienen el seguro a través de su empleador.



Directo: Para las personas que compran el seguro directamente de una compañía de seguros o a través de HealthSource RI, el mercado de seguros de salud de Rhode Island.



Medicare: Para las personas de 65 años en adelante y para algunas personas con discapacidades.



Medicaid: Para algunas personas con bajos ingresos, familias con niños, embarazadas, ancianos y personas con discapacidades.



Dental: Para cubrir los costos de las visitas odontológicas y otros servicios que cuidan la salud bucal.





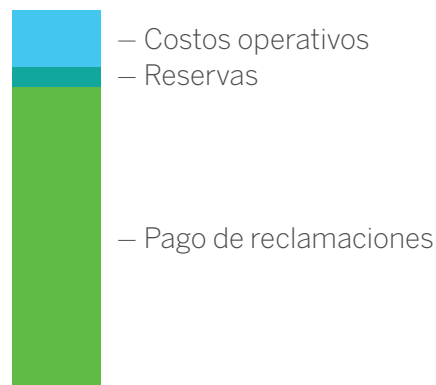
Qué paga su dinero

El dinero que usted paga para comprar su seguro, es decir, la prima, se usa para:

1. Pagar los servicios médicos que utilizan usted y otros miembros (se los llama «reclamaciones»).
2. Cubrir los costos que representa para la compañía de seguros operar el negocio, por ejemplo, procesar las reclamaciones, ofrecer atención al cliente y pagar impuestos.
3. Reservar dinero para cubrir el costo de reclamaciones muy caras si fuera necesario. Las compañías que tienen fines de lucro, también pueden usar el dinero sobrante como ganancia. BCBSRI no es una compañía con fines de lucro, de modo que todos los dólares sobrantes se apartan para cubrir las reclamaciones de los miembros. Llamamos a ese dinero «reservas».

Las compañías de seguros están obligadas a destinar
**entre el 80 %
y el 85 %**
de cada dólar de la prima al
pago de reclamaciones para la
mayoría de los planes.

El resto, es decir,
**entre el 15 %
y el 20 %,**
se usa para los costos
operativos.



Cómo pagar su atención

1. Cuando usted va al médico, el médico envía una reclamación a su compañía de seguros para que le pague el servicio.
2. Su compañía de seguros paga la reclamación de acuerdo con los precios que ha negociado con los médicos que integran su red. En general, las compañías de seguros negocian precios más bajos que los que usted pagaría por su propia cuenta.
3. La aseguradora paga al médico la parte que le corresponde de la reclamación.
4. En el caso de que usted deba pagar el resto de la reclamación:
 - a. La compañía de seguros le enviará una «explicación de los beneficios» (llamada a veces «resumen de los servicios médicos»). Este papel dice claramente «No es una factura» y muestra cuánto cobró el médico, qué es lo que la compañía de seguros acordó pagar y cuánto es lo que usted deberá pagar. Tenga este papel a mano hasta que reciba...
 - b. La factura de su médico. Verifique que el importe que usted debe según esta factura coincida con el que aparece en el resumen de servicios médicos. Si coincide, entonces pague la factura. Si no coinciden o si tiene alguna duda, llame a su compañía de seguros para solicitar ayuda.

Consejo

Los miembros de Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island pueden obtener más información en bcbstri.com/hss.





Palabras muy usadas

Afección crónica

Una enfermedad a largo plazo que afecta su calidad de vida.
Por ejemplo, diabetes, asma, enfermedad cardíaca, artritis.

Atención preventiva

Medidas que usted y su médico toman para ayudarlo a mantener su buena salud, aun cuando se sienta bien.
Por ejemplo: el control anual, algunas pruebas para detección de cáncer.

Beneficio

Servicio, tratamiento o medicamento que cubre su plan de seguro de salud.
Por ejemplo: una visita médica, una radiografía.

Copago

Un determinado monto en dólares que usted paga cuando recibe atención médica.
Por ejemplo: Un médico cobra \$100 la visita. Si su seguro de salud tiene un copago de \$20, usted pagaría \$20 al médico y el seguro, los \$80 restantes.

Coseguro

Parte del costo que usted paga cuando recibe atención médica.
Por ejemplo: Un médico cobra \$100 la visita. Si su seguro de salud tiene un coseguro del 10 %, usted pagaría \$10 al médico y el seguro, los \$90 restantes.

Cuenta de ahorros para la salud (HSA, por su sigla en inglés)

Cuenta financiera en la que puede reservar dinero para sus gastos médicos. Colocar dinero en la cuenta puede ayudarlo a reducir impuestos, y puede usar la cuenta para pagar sus gastos médicos. (Obtenga más información en rhodeahead.com/taxsavings).

Deducible

Si necesita atención médica, el deducible es el monto que usted paga por su atención antes de que la compañía de seguros de salud comience a pagar la parte que le corresponde.

Derivación

Una orden de su proveedor de atención primaria (PCP) para que lo atienda otro médico, especialista o establecimiento médico.

Diagnóstico

Aquello que el médico considera que está provocándole el malestar.
Por ejemplo: Si usted tiene fiebre, escalofríos y tos, su diagnóstico puede ser gripe.

Especialista

Médico que se ha capacitado especialmente para tratar cierta enfermedad o parte del cuerpo. Es posible que su proveedor de atención primaria (PCP) le sugiera consultar a un especialista si usted tiene un problema de salud específico.
Por ejemplo: cardiólogo-corazón, oncólogo-cáncer.

Explicación de los beneficios (EOB, por su sigla en inglés)

Llamado también «resumen de servicios de atención de la salud», es la carta que usted recibe en la que dice «No es una factura». En esa carta se le explica cuánto cobrará su médico cuando le envíen la factura por los servicios médicos que usted recibió. (Obtenga más información en bcbsri.com/hss).

Formulario

Lista de medicamentos recetados que cubre su seguro de salud. Suelen estar clasificados por niveles o categorías. Los medicamentos incluidos en los niveles más bajos son los que le costarán menos a usted.

Gasto máximo a su cargo

El monto máximo que usted pagaría en un año antes de que el seguro de salud comience a pagar el total de los beneficios del cuidado de la salud que usted tiene cubiertos.

Hogar médico orientado al paciente (PCMH, por su sigla en inglés)

Especie de consultorio médico en el que trabajan un equipo de personas dedicadas a mejorar su salud y a ayudarlo a llevar un estilo de vida más saludable. A menudo atienden en horarios prolongados. El equipo de su PCMH puede ayudarlo a alcanzar metas relacionadas con su salud. Podrían, por ejemplo, ayudarlo a dejar de fumar, a controlar su diabetes o su asma, a bajar de peso o a controlar su estrés.

Medicamentos especiales

Medicamentos recetados para tratar afecciones crónicas o de largo plazo, como la esterilidad, el VIH, el cáncer, la esclerosis múltiple y otras. Estos medicamentos pueden requerir un control especial por parte del médico para reducir los riesgos para la salud y estar atentos a los efectos secundarios.

Medicamentos genéricos

Medicamentos elaborados a partir de los mismos componentes esenciales que los medicamentos de marca cuya publicidad puede ver en televisión. La mayoría de las veces, sin embargo, son más baratos. Están diseñados para que resulten tan seguros y eficaces como los medicamentos de marca.

Planes de salud orientados al consumidor (CDHP, por su sigla en inglés)

En general, estos planes tienen deducibles más altos y primas más bajas, y ofrecen la posibilidad de abrir una cuenta de ahorros para la salud, lo que le permitiría ahorrar dinero en impuestos.

Prima

Dinero que usted paga mensualmente a la compañía de seguros de salud a cambio de su plan de seguro de salud.

Proveedor de atención primaria (PCP)

El médico principal, enfermero practicante o auxiliar médico al que usted acude regularmente para la atención de su salud. El PCP es su socio en los temas de salud, conoce su historia clínica y le ayudará a obtener la mejor atención.

Prueba de detección

Prueba que ayuda a detectar tempranamente un problema de salud, antes de que empeore.

Por ejemplo: mamografía, colonoscopia.

Receta

Una orden del médico para que usted reciba y tome un medicamento determinado. Luego, en una farmacia, le surten el medicamento indicado en la receta.

Red

Grupo de hospitales, farmacias, médicos y otros proveedores que firman contrato con su compañía de seguros de salud a fin de brindarle a usted atención de la salud. Ellos han acordado brindarle esa atención a un precio más bajo del que usted pagaría si no tuviera el plan de seguro de salud.

Vacunación

Tratamiento que ayuda a prevenir enfermedades como el sarampión o la gripe.

Venta libre (OTC, por su sigla en inglés)

Medicamentos u otros artículos para atención de la salud, como vendas, que usted puede comprar sin receta médica.

Conozca más palabras muy usadas en:
bcbsri.com/learn-insurance-basics

Cómo obtener más información

Estos grupos pueden ayudarlo a obtener más información u obtener seguros de salud o atención de la salud:

Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island

bcbsri.com

(401) 459-5000

Visite Your Blue Stores para preguntar personalmente:

East Providence

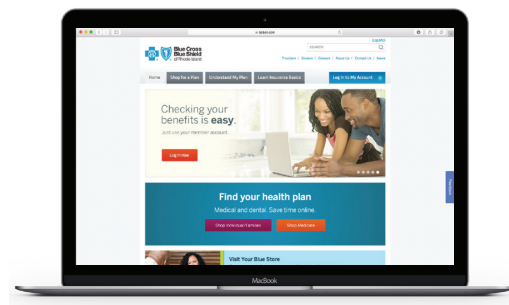
Highland Commons
71 Highland Avenue

Lincoln

Lincoln Mall Shopping Center
622 George Washington Highway

Warwick

Cowesett Corners
300 Quaker Lane



Le ofrecen herramientas útiles, incluidas Find a Doctor (buscar un médico), Get an Instant Quote (obtener una cotización instantánea), My Cost Calculator (mi calculadora de costos) y una aplicación para teléfonos móviles.

HealthSource RI

healthsourceri.com

1-855-840-4774

Le ofrece una manera de registrarse y pagar el seguro de salud.

Rhode Island Department of Human Services

dhs.ri.gov

1-855-697-4347

Servicios para familias, adultos, niños, ancianos, personas con discapacidades y veteranos de guerra.

Rhode Island Health Center Association

RIHCA.org

(401) 274-1771

Listado de centros de salud comunitarios en el estado, algunos de los cuales ofrecen atención médica y odontológica a personas sin seguro médico.

United Way 2-1-1 of Rhode Island

211RI.org

2-1-1

Establece conexión con proveedores de servicios para la salud.



500 Exchange Street • Providence, RI 02903-2699

Blue Cross & Blue Shield of Rhode Island es un licenciatario independiente de Blue Cross and Blue Shield Association.

6/18 CR-186180S brochure