

Transformar la salud de las comunidades a las que servimos, una persona a la vez.



WHOLE you

2024 | Q4 BULLETIN



¡El Manual para Afiliados actualizado está disponible AHORA!

Su manual le informa sobre sus beneficios y cómo utilizar los servicios y programas disponibles.

Usted puede encontrar el manual en línea en SilverSummitHealthplan.com.

Para solicitar gratis una copia impresa de nuestro Manual para Afiliados, llame al Servicio para los Afiliados al 1-844-366-2880, TTY: 1-844-804-6086), Retransmisión 711.

La copia impresa se enviará a su dirección postal. Su solicitud generará un correo electrónico en el que se le informará que su solicitud ha sido recibida.

Luego le llegará la copia impresa del Manual para Afiliados en un plazo de cinco días laborables.

RESERVE LA FECHA

Sur de Nevada

- **Jueves 12 de septiembre de 2024:** SSHP + Enterprise Library Pop Up Clinic & Resource Fair 8310 S Las Vegas Blvd, Las Vegas, NV 89123 de 3 p.m. a 5 p.m.
- **Martes 17 de septiembre de 2024:** SSHP + Spring Valley Library Pop Up Clinic & Resource Fair 4280 S Jones Blvd, Las Vegas, NV 89103 de 3 p.m. a 5 p.m.
- **Jueves 26 de septiembre de 2024:** SSHP + Clark County Library Pop Up Clinic & Resource Fair 1401 E Flamingo Rd, Las Vegas, NV 89119 de 3 p.m. a 5 p.m.
- **Sábado 29 de septiembre de 2024:** SSHP + YMCA Community Event 3521 N Durango Dr., Las Vegas, NV 89129 de 4 p.m. a 7 p.m.
- **Miércoles 9 de octubre de 2024:** Acelero Learning + SilverSummit Community Baby Shower 180 N Westminister Way, Henderson, NV 89015 de 1 p.m. a 3:30 p.m.

Visite [SilverSummit Healthplan](https://SilverSummitHealthplan.com) para ver la lista [COMPLETA de eventos](#)



Norte de Nevada

- **Sábado 12 de octubre:** Norte de Nevada Evento de inscripción abierta - Cambiar



¡Recordatorios importantes!



RENOVACIÓN ANUAL DE MEDICAID DE NEVADA es el proceso de elegibilidad que debe seguir para mantener su cobertura de SilverSummit Healthplan.


COMPLETE SU RENOVACIÓN ANUAL


Si la División de Bienestar y Servicios de Apoyo Social (Division of Welfare and Supportive Services, DWSS) necesita más información para ver si sigue cumpliendo los requisitos para la cobertura médica, recibirá un formulario por correo.


Tendrá que completar, firmar y presentar este formulario antes de la fecha límite que se indica en la carta para no arriesgarse a perder su cobertura médica.

A continuación, se indican todas las maneras en las que puede presentar su renovación anual:

 **POR TELÉFONO:** Llame al número de teléfono de atención al cliente **1-844-366-2880**.

 **CORREO ELECTRÓNICO:** ¡Contacte a Community Solutions (CS) en NVSS_CareEngagement@SilverSummitHealthPlan.com si necesita ayuda!

 **EN LÍNEA:** CS le puede ayudar a crear una cuenta para ver cuándo tiene que renovar y, una vez que está disponible, a completar y presentar su formulario en línea. También puede subir una copia de su formulario de renovación anual completado y firmado a DWSS. ¡Contacte a NVSS_CareEngagement@SilverSummitHealthPlan.com si necesita ayuda!

 **POR CORREO:** Devuelva su formulario amarillo completado y firmado a la dirección que se indica en la carta.

¡SilverSummit Healthplan (SSHP) puede AYUDAR AHORA A LOS AFILIADOS a firmar los formularios de renovación de Medicaid!

CÓMO le podemos AYUDAR

SSHP PUEDE TOMAR SU FIRMA POR TELÉFONO

- **FIRMA POR TELÉFONO:** Grabamos una firma “telefónica” y la enviamos a Medicaid (OFICINA)
- **APROBACIÓN:** Podemos hacer esto si nos da su aprobación para hacerlo

SSHP PUEDE COORDINAR UNA LLAMADA ENTRE TRES

- **LLAMADA ENTRE TRES:** Podemos configurar una llamada con USTED y el centro de llamadas de Medicaid, para que USTED pueda aprobar su firma por teléfono directamente al estado

SSHP PUEDE AYUDAR

- a los Afiliados a completar ciertas partes de los formularios de renovación en el proceso de renovación de Medicaid
- a que los Afiliados NO PIERDAN SU COBERTURA
- a los Afiliados a completar ciertas partes de los formularios de reconsideración cuando los Afiliados han perdido cobertura porque les faltaba algún trámite
- a los Afiliados en la transición de Medicaid al Mercado de seguros cuando sea necesario

SSHP NO PUEDE

- ayudar a los Afiliados de Medicaid a seleccionar un plan de Medicaid
- firmar los formularios de renovación de Medicaid en su nombre

Envíe un correo electrónico a CommunitySolutions@SilverSummitHealthplan.com para obtener más información.

Controlar la salud de sus senos

Mantener sus senos saludables es importante para su salud general.

El cáncer de seno puede parecer que se manifiesta de la nada, pero existen formas de detectarlo a tiempo. Los exámenes de detección de cáncer de seno ayudan a los médicos a detectar signos de la enfermedad antes de que comience a sentirse mal. Esto hace que el cáncer sea mucho más fácil de tratar.



Aquí le indicamos cómo puede cuidar de sus senos:

- 1 SABER QUÉ ES NORMAL.**
Preste atención a cómo suelen verse y sentirse sus senos. Avísele a su médico si nota algún cambio.
- 2 REALIZAR EXÁMENES.**
Según su edad y antecedentes familiares, podría ser útil realizarse un examen de senos o una mamografía, una radiografía utilizada para controlar el cáncer de seno. Si tiene entre 50 y 74 años, debería hacerse una por año.
- 3 PRESTAR ATENCIÓN A LAS SEÑALES.**
Busque bultos, hinchazón o cambios en el tamaño o forma de los senos. Controle la aparición de bultos o enrojecimiento en la piel. Avísele a su médico si nota algo inusual.
- 4 REALIZAR AUTOEXÁMENES.**
Una vez al mes, tóquese los senos en busca de bultos o cambios. Puede hacerlo en la cama o en la ducha. Si algo parece distinto, mírelo en el espejo.
- 5 MANTENER UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE.**
Puede reducir las posibilidades de tener cáncer de seno al tener una vida activa. Esto incluye tener una dieta saludable, hacer ejercicio con regularidad, mantener un peso saludable y reducir la ingesta de bebidas alcohólicas. Consulte con su médico si tiene preguntas sobre el riesgo que corre.

Hablar con su médico sobre la salud de los senos es importante. Puede ser un gran recurso para usted cuando reciba los resultados de los exámenes. Quédese tranquila y controle sus senos hoy mismo.

Comprométase a dejar de fumar

Un nuevo año significa nuevas resoluciones. 2024 es el año en el que finalmente dejará de fumar o usar cigarrillos electrónicos. El dejar de fumar tiene muchísimos beneficios, entre ellos lo mucho que puede mejorar su salud general.

El dejar de fumar puede ser difícil, especialmente si no está preparado(a).

Pero no se preocupe. Tenemos algunos pasos sencillos que usted puede tomar para ayudarle a que le resulte un poco más fácil.

- **Decida una fecha para dejar de fumar.** El 1o de enero es obviamente una fecha estupenda para empezar de nuevo, pero no es el único momento. Si no está listo(a), el darse prisa solo le hará fracasar. Elija una fecha para dejar de fumar y tómese tiempo para prepararse mentalmente.
- **Calcule los ahorros.** El fumar y usar cigarrillos electrónicos (“vapear”) son costumbres costosas que mantener. El sitio web SmokeFree.gov informa que, si fumaba un paquete al día, dejar de fumar le ahorraría \$2,200 al año o más dependiendo de donde viva.
- **Encuentre su razón.** Hay muchas buenas maneras para dejar de fumar, pero es importante encontrar una que le motive a usted. Puede ser tan sencilla como dejar de fumar por su salud. Podría querer hacerlo para ahorrar dinero. O porque quiere ser saludable por un ser querido o porque espera un bebé. El conocer sus razones le ayudará a lograr su objetivo cuando le resulte difícil y esté estresado(a).
- **Conozca sus desencadenantes.** Si conoce que es lo que le incita a fumar, podrá controlar mejor esos desencadenantes. Entonces, cuando se encuentre en esas situaciones, estará preparado(a) para lidiar con ellas.



We Get You Better Health Outcomes

Smoking cessation is covered through Tobacco-Free Nevada & National Jewish Health.

Certain medications, patches or gum to help you stop smoking are covered.

Call **1-800-QUIT-NOW**
(784-8669) or **1-844-251-0004**







For more information visit:
SilverSummitHealthplan.com
or call **1-844-366-2880**
TTY/TDD: 1-844-804-6086.

- **Cómo combatir los deseos intensos de fumar.** La realidad es que tendrá ansias intensas de fumar. Pero, el saber lo que tiene que hacer para controlar su deseo de fumar puede ser la ayuda definitiva en su éxito. Encuentre maneras de distraerse y combatir sus ansias hasta que se le pasen.
- **No tenga miedo de pedir ayuda.** Hay muchas técnicas para ayudarle a combatir su vicio. Puede hablar con su médico sobre qué ayuda tiene a su disposición. Busque ayuda de un asesor para dejar de fumar (Quit Coach), de la Línea para dejar de fumar (Quitline), de los mensajes de texto de apoyo, o incluso de las aplicaciones en su teléfono. Aunque dejar de fumar es únicamente su decisión, es importante recordar que no tiene que hacerlo solo(a).

Para más información: <https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/quit-smoking/guide/steps-to-prepare.html>

Lista para los Afiliados

Como recordatorio para nuestros nuevos Afiliados, a continuación incluimos algunas de las cosas clave que usted tiene que hacer una vez que ya sea un Afiliado de SilverSummit Healthplan.

 <p>Regístrese en su cuenta segura del Portal de Afiliados</p> <p>Su cuenta segura del Portal de Afiliados en línea le proporciona acceso a su información, tal como reclamos, información sobre el consultorio de sus médicos, <i>myhealthpays</i>® saldos y más.</p>	 <p>Acuda a su proveedor</p> <p>Después de elegir a su médico, haga una cita para una revisión médica inmediatamente. Este es su nuevo hogar médico. Puede encontrar la información sobre Transporte para Afiliados en línea o llamando a los Servicios para los Afiliados al 1-844-366-2880 TTY 1-844-804-6086 Retransmisión 711.</p>
 <p>Complete la evaluación de riesgos para su salud</p> <p>Complete la evaluación en línea en SilverSummitHealthplan.com o llamando al número de los Servicios para los Afiliados que se indica más abajo. Complétela antes de que pasen 30 días y obtendrá una recompensa de <i>myhealthpays</i>®.</p>	 <p>Si está embarazada, complete su notificación de embarazo</p> <p>Este formulario está disponible en su portal de Afiliado en línea seguro. Completar este formulario le puede ayudar a empezar a ganar recompensas adicionales de <i>myhealthpays</i>®.</p>
 <p>Elija a su proveedor</p> <p>Regístrese en su cuenta segura del portal de Afiliados en línea para elegir a su médico o llame al número que se indica más abajo. También puede usar nuestra búsqueda "Find a Provider (Encontrar un proveedor)".</p>	 <p>Lea su Manual</p> <p>Su manual le informará sobre sus beneficios y sobre cómo usar los servicios y programas que están a su disposición. Encontrará el manual en línea en SilverSummitHealthplan.com.</p>

La primavera es también un buen momento para su consulta anual de bienestar. Esta consulta le ayudará a usted y a su proveedor de atención primaria (PCP) a identificar pasos preventivos para mantenerle saludable.

EN 30 MINUTOS SU PCP PUEDE:

- medir su presión arterial
- revisar sus antecedentes médicos y familiares
- revisar sus medicamentos

Cuando acude a su consulta de bienestar anual, puede ganar dinero en su tarjeta de recompensas de [My Health Pays](#)®.

Si necesita ayuda para encontrar un proveedor de la red o necesita ayuda con el transporte, póngase en contacto con nosotros usando los números de teléfono que se indican al final de la página.

Manténgase conectado y más:

¡Su [cuenta de Afiliado\(a\) en línea](#) es una manera estupenda no solo para mantenerse al día con información importante sobre el plan sino también para ayudar a mejorar su salud!

Mire todas las cosas que puede hacer:

- Gestionar sus recompensas de *myhealthpays*®
- Encontrar a un médico o cambiar de médico
- Obtener atención a través de nuestros servicios de salud virtual
- Unirse a nuestro programa Start Smart for Your Baby®
- Ver el estado de sus reclamos y más



Puede ponerse en contacto con SilverSummit de varias maneras.

- Llámenos al 1-844-366-2880 (TTY/TDD 1-844-804-6086) de 8 a.m. a 5 p.m. de lunes a viernes.
- Envíenos un correo electrónico a NVSS_CareMangement@SilverSummitHealthplan.com
- Si desea enviar un mensaje seguro, inicie sesión en su portal de Afiliado(a) y use el sistema de envío de mensajes seguro.
- Si necesita ayuda con beneficios o recursos, envíenos un correo electrónico a: communitysolutions@silversummithealthplan.com.
- Envíenos un mensaje en X (antiguamente Twitter) o Facebook.



¡ESTAMOS AQUÍ PARA SERVIRLE!

silversummithealthplan.com

 facebook.com/SilverSummitHealthplan

 twitter.com/SilverSummitHP

SilverSummit Healthplan complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex (including pregnancy, sexual orientation, and gender identity).

SilverSummit Healthplan does not exclude people or treat them differently because of race, color, national origin, age, disability, or sex (including pregnancy, sexual orientation, and gender identity).

If you, or someone you're helping, has questions about SilverSummit Healthplan, you have the right to get help and information in your language at no cost. To talk to an interpreter, call 1-844-366-2880, (TTY/TDD: 1-844-804-6086).

SilverSummit Healthplan cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo (incluido el embarazo, la orientación sexual y la identidad de género).

SilverSummit Healthplan no excluye a las personas ni las trata de manera diferente debido a raza, color, origen nacional, edad, discapacidad o sexo (incluido el embarazo, la orientación sexual y la identidad de género).

Si usted, o alguien a quien está ayudando, tiene preguntas sobre SilverSummit Healthplan, tiene derecho a recibir ayuda e información en su idioma sin costo. Para hablar con un intérprete, llame al 1-844-366-2880, (TTY/TDD: 1-844-804-6086).

Marketplace Plan: 1-866-263-8134 (TTY/TDD 1-855-868-4945)

Medicaid Plan: 1-844-366-2880 (TTY/TDD 1-844-804-6086)

English: Language assistance services, auxiliary aids and services, and other alternative formats are available to you free of charge. To obtain this, please call the number above.

Español (Spanish): Servicios de asistencia de idiomas, ayudas y servicios auxiliares, y otros formatos alternativos están disponibles para usted sin ningún costo. Para obtener esto, llame al número de arriba.

Tagalog (Tagalog): Mayroon kang makukuhang libreng tulong sa wika, auxiliary aids at mga serbisyo, at iba pang mga alternatibong format. Upang makuha ito, mangyaring tawagan ang numerong nakasulat sa itaas.

简体中文(Chinese): 可以免费为您提供语言协助服务、辅助用具和服务以及其他格式。如有需要, 请拨打上述电话号码。

한국어(Korean): 언어 지원 서비스, 보조적 지원 및 서비스, 기타 형식의 자료를 무료로 이용하실 수 있습니다. 이용을 원하시면 상기 전화번호로 연락해 주십시오.

Tiếng Việt (Vietnamese): Các dịch vụ trợ giúp ngôn ngữ, các trợ cụ và dịch vụ phụ thuộc, và các dạng thức thay thế khác hiện có miễn phí cho quý vị. Để có được những điều này, xin gọi số điện thoại nêu trên.

አማርኛ (Amharic):- ከክፍያ ላይ የቋንቋ ድጋፍ አገልግሎቶች፣ ተቀጽላ እርዳታዎች እና አገልግሎቶች፣ እና ሌሎች አማራጭ ቅርጾች ያገኛሉ። ይህን ለማግኘት እባክዎን ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ።

ไทย (Thai): บริการช่วยเหลือด้านภาษา อุปกรณ์และบริการเสริม รวมทั้งรูปแบบทางเลือกอื่น ๆ มีให้ท่านใช้ได้โดยไม่มีเสียค่าใช้จ่าย หากต้องการขอรับบริการเหล่านี้ กรุณาติดต่อทางโทรศัพท์ที่หมายเลขข้างต้น

日本語 (Japanese): 言語支援サービス、補助器具と補助サービス、その他のオプション形式を無料でご利用いただけます。ご利用をお考えの方は、上記の番号にお電話ください。

العربية (Arabic): خدمات المساعدة اللغوية والمعينات والخدمات الإضافية وغيرها من الأشكال البديلة متاحة لك مجاناً. للحصول عليها، يرجى الاتصال بالرقم أعلاه.

Русский язык (Russian): Вам могут быть бесплатно предоставлены услуги по переводу, вспомогательные средства и услуги, а также материалы в других, альтернативных, форматах. Чтобы получить их, позвоните, пожалуйста, по указанному выше номеру телефона.

Français (French) : Des services gratuits d'assistance linguistique, ainsi que des services d'assistance supplémentaires et d'autres formats sont à votre disposition. Pour y accéder, veuillez appeler le numéro ci-dessus.

فارسي (Farsi) : خدمات ترجمه، حمایت های ؛ خدمات کمکی و سایر انواع دیگر به صورت رایگان در اختیار شما قرار می گیرند. برای به دست یابی به این خدمات، لطفاً با شماره تلفن بالا تماس بگیرید.

Samoan (Samoan): Auaunaga e lagolago i lau gagana, auaunaga fesoasoani atu, ma isi auaunaga e maua fua atu e leai se totogi. Pe a mana'omia ia auaunaga, vili le numera o loo tāua i luga.

Deutsch (German): Sprachunterstützung, Hilfen und Dienste für Hörbehinderte und Gehörlose sowie weitere alternative Formate werden Ihnen kostenlos zur Verfügung gestellt. Um eines dieser Serviceangebote zu nutzen, wählen Sie die o. a. Rufnummer.

Ilokano (Ilocano): Makaala kayo iti libre nga tulong para iti serbisyo nga kasapulan maipanggep iti lengguwahe, dadduma nga tulong ken serbisyo, umawag kayo laeng iti numero nga adda iti ngato.