

# Cómo usar su seguro médico



## Resumen de esta guía

**El seguro médico no es solo para cuando uno esté enfermo, también ayuda a mantenerse sano. Después de comprar un plan médico, haga lo siguiente para usar su seguro, mantenerse saludable y pagar menos por los servicios. Estos pasos también harán más fácil usar su seguro médico si tiene una emergencia.**

## Elija un proveedor de cuidado primario

El proveedor de cuidado primario se conoce también como médico de cabecera, médico generalista y especialista en medicina interna, entre otros. Su proveedor de cuidado primario llegará a conocerle con el tiempo y se familiarizará con su historial médico y sus necesidades de salud.

### El rol de su proveedor de cuidado primario

- Le ayuda a prevenir problemas médicos
- Le enseña cómo mejorar el estado general de tu salud
- Le ayuda a conseguir cuidado médico cuando lo necesite

### No espere a enfermarse para encontrar un proveedor de cuidado primario

- Averigüe con la compañía de seguros cuáles proveedores de cuidado primario están en su área y aceptan su seguro.
- Luego, comuníquese con la oficina del proveedor que le interese para saber si está aceptando pacientes nuevos (algunos proveedores tienen lleno el calendario y no aceptan pacientes nuevos).

## Haga una cita con su proveedor de cuidado primario

Es buena idea hacer una cita con su nuevo proveedor de cuidado primario, incluso si usted no está enfermo. Esta visita a veces se llama “consulta preventiva” (“well visit”). Tener una consulta preventiva con su nuevo proveedor de cuidado primario le facilitará conseguir una cita con ese proveedor cuando esté enfermo.

- Durante la consulta preventiva, el proveedor le hará preguntas sobre su historial médico, le hará un chequeo de rutina, tratará de detectar problemas de salud y le pondrá las vacunas que necesite para que se mantenga saludable.
- Su proveedor de cuidado primario también podría pedirle que se haga algunos exámenes, como pruebas de sangre.
- Su proveedor debe saber cuáles laboratorios aceptan su seguro médico pero, si usted tiene dudas, llame a la compañía de seguros para corroborar.

### Tenga a mano lo siguiente cuando llame a pedir una cita

- Sus datos personales, incluyendo su fecha de nacimiento, su dirección, su número de Seguro Social y la información de su seguro
- Su tarjeta de seguro médico o documentos de la compañía de seguros que incluyan el nombre de su plan, su número de identificación y el número de grupo de su plan

### Preguntas que quizás quiera hacer al hacer una cita

- ¿El proveedor está aceptando pacientes nuevos?
- ¿El proveedor acepta mi seguro y hace parte de la red de mi plan? Esto es importante porque algunos proveedores aceptarán su seguro médico pero le cobrarán mucho más si ellos no hacen parte de la red de su plan.
- ¿Cuánto tendré que pagar por la cita? ¿Cómo me van a facturar los servicios y qué opciones tengo para pagar?
- ¿El proveedor da citas en horas convenientes para mí como en las noches o los fines de semana? ¿Cuándo tiene la próxima cita disponible?
- ¿El proveedor ofrece servicios en el idioma de mi preferencia? ¿Se me proporcionará un intérprete si mi idioma de preferencia no es el inglés?
- ¿El proveedor tiene una oficina, instalaciones o equipo médico que permitan el acceso a las personas con discapacidades?

- ¿Qué información debo llevar a la cita? Por ejemplo, ¿tendré que llenar formularios que me envíen por correo o por correo electrónico antes de mi cita? ¿Tendré que llevar mi expediente médico y una lista de los medicamentos que tomo?
- ¿Cuál es la política de cancelación del proveedor? ¿Me cobrarán si llego tarde o si no voy a mi cita? Si necesito cambiar mi cita, ¿con cuánto tiempo de anticipación tengo que llamar para que no me cobren?

### Prepárese para su cita con su proveedor de cuidado primario

Usted tendrá que llevar a su cita ciertos documentos e información. También puede ir con alguien que le ayude a hablar con el proveedor, tomar notas y darle apoyo.

Cuando haga su cita, pregúntele al proveedor cuáles documentos debe llevar. Los documentos que usted podría necesitar incluyen:

- Su tarjeta de seguro y otra documentación de su plan médico
- Identificación con foto (como una licencia de conducir o un pasaporte)
- Cualquier formulario que el proveedor le haya enviado para llenar por adelantado
- Expedientes médicos y otros documentos que puedan ayudar al médico a entender su historial médico y sus necesidades actuales de cuidado de la salud
- Una lista de los medicamentos con o sin receta y las vitaminas que usted toma, incluyendo las dosis y la frecuencia
- Una lista de las recetas que necesita surtir
- Información sobre alergias, incluidas las alergias a medicamentos específicos
- Su pago por la visita, si tiene que pagar
- Las preguntas o inquietudes que tenga sobre su salud (escríbalas antes de la cita)

#### Lleve a su cita una lista de preguntas

Lleve una lista de preguntas o inquietudes sobre su salud y discútalas con su médico.

### Obtenga información sobre los servicios preventivos gratuitos

Todos los planes médicos que se venden en el Mercado de Seguros Médicos deben cubrir gratuitamente ciertos servicios de cuidado preventivo cuando usted es atendido por proveedores que aceptan su seguro.

- El cuidado preventivo incluye, pero no está limitado a, servicios como toma de la presión, prueba de niveles de colesterol, evaluación de depresión, prueba de diabetes, vacunas, mamografías, consultas preventivas para la mujer y asesoría relacionada con el peso.
- Para obtener más información sobre estos servicios preventivos gratuitos, comuníquese con su plan médico. Podrá encontrar el número de servicio al cliente de su plan en tu tarjeta de seguro médico y en otros documentos de su compañía de seguro médico.

### Cuándo debe usar el cuidado de emergencia

Es importante saber cómo obtener rápidamente el cuidado que usted necesita en caso de enfermarse o lesionarse. Muchos proveedores de cuidado primario ofrecen citas el mismo día o tienen un proveedor a quien podrá llamar para el cuidado urgente. Ir a su proveedor acostumbrado suele ser mucho más barato que visitar la sala de emergencia.

- Las salas de emergencia de los hospitales están abiertas las 24 horas del día, los siete días de la semana y ofrecen cuidado rápido que puede salvar vidas.
- Si usted va a la sala de emergencia sin estar en una situación de vida o muerte, podría tener que pagar más dinero y esperar más tiempo que si hubiera ido a su proveedor de cuidado primario.
- En la mayoría de los casos, si usted está enfermo, ahorrará tiempo y dinero yendo a su proveedor de cuidado primario. Pero, en una verdadera emergencia, vaya a la sala de emergencia.
- Averigüe cuáles hospitales en su área hacen parte de la red de su seguro. De esa manera, cuando usted necesite cuidado de emergencia sabrá a cuáles hospitales debe acudir.

La serie *What You Need to Know about Insurance Health (Información esencial sobre el seguro médico)* incluye las siguientes publicaciones. Los títulos que han sido traducidos al español se incluyen en paréntesis junto al nombre en inglés.

### **Applying for Health Insurance**

*Answering Questions about Your Family When Applying for Health Insurance*  
*Answering Questions about Your Family's Income When Applying for Health Insurance*  
*Applying for a Marketplace Plan if You Can Get Health Insurance through Your Job*  
*What to Do if You Are Uninsured after February 15, 2015*

### **Getting Financial Assistance**

*Getting Financial Assistance to Pay for Health Insurance*  
*Deciding How Much Financial Assistance to Use to Lower Your Monthly Premiums*  
*Will I Be Able to Get Financial Help to Pay for Health Insurance?*  
*How Getting Financial Assistance to Pay for Health Insurance Affects Your Taxes*  
*Getting Extra Financial Assistance to Help Pay Health Care Costs*

### **Choosing a Health Plan (Cómo elegir un plan médico)**

*Choosing the Health Plan that's Right for You (Cómo elegir el mejor plan médico para usted)*  
*Choosing a Health Plan You Can Afford (Cómo elegir un plan médico que pueda pagar)*  
*Understanding the Differences between Platinum, Gold, Silver, and Bronze Plans*  
*(Diferencias entre los planes platino, oro, plata y bronce)*  
*Understanding Catastrophic Health Insurance*  
*Buying Children's Dental Coverage through the Marketplace*

### **Keeping and Using Health Insurance (Cómo conservar y usar el seguro médico)**

*How to Use Your Health Insurance (Cómo usar su seguro médico)*  
*How to Keep Your Marketplace Health Insurance (Cómo conservar su seguro del Mercado de Seguros Médicos)*  
*What to Do after You Buy Health Insurance in the Marketplace*  
*(Qué hacer después de comprar un seguro en el Mercado de Seguros Médicos)*

### **Understanding the Requirement to Have Health Insurance**

*Understanding the Requirement to Have Health Insurance*  
*Understanding Minimum Essential Coverage*

### **Reference Charts and Graphics**

*Income Guidelines for Getting and Using Financial Assistance for Health Insurance*  
*Income Guidelines for Getting Extra Financial Assistance to Pay for Health Care Costs*  
*Types of Exemptions from the Requirement to Have Health Insurance*

Usted podrá encontrar una lista con todas las publicaciones de Families USA en [www.FamiliesUSA.org/resources/publications](http://www.FamiliesUSA.org/resources/publications).

PUBLICATION ID: 019NAV102015

