



# Dónde recibir cuidados de salud

## Una guía para los miembros del Plan de Salud de Oregon (Medicaid)

### Chequeos y consultas por enfermedad



Los problemas médicos que **no son urgentes** incluyen cuestiones como:

Gripe o resfriados, erupciones en la piel, dolor de garganta, dolor de cabeza, dolor de estómago, fiebre, alergias, tos, dolor en los senos nasales, golpes, moretones o torceduras

#### Esto es lo que usted debe hacer:



**Llame a su médico.** Usted puede consultar a su médico, ya sea en persona o por teléfono o video (telesalud).



**¿Necesita usted un intérprete (incluyendo lenguaje de señas)?** Llame al consultorio de su médico para solicitar un intérprete antes de su próxima cita o comuníquese con nuestro equipo de Servicio al Cliente. **800-431-4135**, TTY: 711. Aceptamos llamadas del servicio de retransmisión.

### Lesiones o enfermedades graves



Los problemas médicos que son **graves pero que probablemente no ponen en riesgo la vida** incluyen:

Gripe o resfriados fuertes, bronquitis, infección de los senos nasales, faringitis por estreptococo, infección del oído, vómito, diarrea, quemaduras leves, cortaduras o rotura de huesos

#### Esto es lo que usted debe hacer:



**Llame a su médico.** Muchos médicos ofrecen consultas por teléfono o video con sus pacientes. Si el consultorio de su médico está cerrado, es posible que un médico de guardia pueda ayudarle.



**Otra opción:** Visite un centro de cuidados urgentes o inmediatos. Lleve consigo su ID del miembro y consulte a su médico una vez que la situación haya pasado.

### Emergencias



Los problemas médicos que son **urgentes y ponen en riesgo la vida** incluyen:

Dificultad para respirar, lesiones graves en la cabeza, ataques, quemaduras graves, envenenamiento, dolor de pecho, infarto o sangrado abundante

#### Esto es lo que usted debe hacer:



**Llame al 911 o acuda de inmediato a la sala de emergencias.**

Después de su visita a la sala de emergencias, asegúrese de dar seguimiento con su médico.



**Hable con una enfermera a cualquier hora del día o la noche**

**Nuestra Línea de Enfermería las 24 Horas del Día opera de día y de noche, incluso los fines de semana.**

**Llame y obtenga consejos confiables sobre la salud sin salir de casa.**

**Línea de Enfermería**

**las 24 Horas:**

855-834-6150

TTY: 711

## Cómo elegir a un proveedor de servicios de salud



Es importante que usted tenga a un médico a quien pueda consultar con regularidad. Por eso pedimos que nuestros miembros elijan a un proveedor de atención primaria (PCP).

Para seleccionar a un PCP nuevo o averiguar si puede conservar a su PCP actual, llámenos al **800-431-4135**, TTY: 711. También puede consultar nuestro directorio en línea:

1. Visite [ProviderDirectory.PacificSource.com/Medicaid](http://ProviderDirectory.PacificSource.com/Medicaid).
2. En la barra de navegación, elija "Find a Doctor / Buscar un médico".
3. Indique la ciudad o el código postal. También puede especificar otros criterios de búsqueda.
4. Cuando encuentre al proveedor deseado, llámele para confirmar que esté aceptando a nuevos pacientes. Después llámenos para que podamos registrar su decisión.

Para buscar un centro de cuidados urgentes, seleccione "Urgent Care / Cuidados urgentes" en la barra de navegación "Find a Doctor / Buscar un médico" bajo la categoría de especialidad o institución.

## Cuidados dentales



Para buscar un dentista:

1. Visite [ProviderDirectory.PacificSource.com/Medicaid](http://ProviderDirectory.PacificSource.com/Medicaid).
2. En la barra de navegación superior, elija "Find a Dentist / Buscar un dentista".
3. Busque su plan dental según aparece en su tarjeta de ID del miembro. Seleccione su plan en el menú desplegable "Dental Care Organization (DCO) / Organización de Cuidados Dentales".

También puede ponerse en contacto con su DCO llamando al teléfono que aparece en su tarjeta de ID del miembro. Nota: Algunos planes no incluyen cuidados dentales.



**¡No se demore si necesita recibir cuidados dentales!**

Una revisión o limpieza dental puede evitar que los problemas empeoren.

- Si usted tiene un problema urgente, como dolor de dientes, inflamación de las encías, pérdida de un empaste, inflamación o rotura/pérdida de un diente, llame al consultorio de su dentista aunque esté cerrado. Es posible que usted pueda comunicarse con un dentista de guardia.

## Salud del comportamiento



Para consultar a un psiquiatra o terapeuta, consulte la sección "Cómo elegir a un proveedor de servicios de salud" que aparece a la izquierda. Siga los pasos 1-3 y seleccione "Mental and Behavioral Health Providers / Proveedores de salud mental y del comportamiento" en el menú desplegable "Specialty or Facility Category / Categoría de especialidad o institución".



**Si usted tiene una emergencia de salud del comportamiento,**

comuníquese a la línea local para casos de crisis o llame al 988.

- **Central Oregon**  
Local: 541-322-7500 x9  
Sin costo: 800-875-7364
- **Columbia Gorge**  
The Dalles: 541-296-5452  
Hood River: 541-386-2620  
Línea para Casos de Crisis las 24 Horas: 888-877-9147
- **Condado de Lane**  
Línea para Casos de Crisis de White Bird: 541-687-4000
- **Condados de Marion y Polk**  
Línea para Casos de Crisis las 24 Horas: 503-585-4949
- **Línea Nacional de Prevención del Suicidio** 800-273-8255
- **Línea de Mensajes de Texto para Casos de Crisis**  
Envíe un mensaje de texto con la palabra "HOME" al 741-741

## Teléfonos útiles



**Control del envenenamiento:**  
800-222-1222



**Ayuda con alimentos o vivienda:** 211



**Recursos para personas mayores y discapacitadas:**  
855-673-2372

## Contacto:

800-431-4135, TTY: 711  
[CommunitySolutionsCS@PacificSource.com](mailto:CommunitySolutionsCS@PacificSource.com)

You can get this document in another language, large print, or another way that's best for you. You can also request an interpreter. This help is free. Call 800-431-4135, TTY:711. We accept all relay calls.

Usted puede recibir este documento en otro idioma, impreso en una letra más grande o de otra manera que sea mejor para usted. También puede solicitar un intérprete. Esta ayuda es sin costo. Llame al 800-431-4135 o por TTY al 711. Aceptamos llamadas del servicio de retransmisión.