

Inscripción en Medicare

La inscripción en Medicare ha comenzado y no queremos que pierda la oportunidad de obtener la cobertura de seguro. Medicare tiene diferentes partes para cubrir servicios específicos. La Parte A de Medicare (seguro hospitalario) cubre hospitalizaciones, atención en un centro de enfermería especializada, cuidado terminal y algunos cuidados de salud en el hogar. La Parte B de Medicare (seguro médico) cubre ciertos servicios médicos, atención ambulatoria, diálisis ambulatoria, suministros médicos y servicios preventivos. ¡No espere! Si no cumple con el plazo de elegibilidad, es posible que tenga que pagar una multa por inscripción tardía para la Parte B y podrá experimentar una interrupción en su cobertura.

Si decide que desea la Parte A y la Parte B, existen dos planes para la cobertura de Medicare: Original Medicare o un plan Medicare Advantage (como una organización de mantenimiento de la salud [HMO] o una organización de proveedores preferidos [PPO]).

EN ESTE NÚMERO

- P1 Medicare y Parte D de Medicare**
- P2 Vacunas**
- P2 Mejora de la calidad del desempeño**
- P3 Historia del paciente y opciones de tratamiento**
- P4 Acceso vascular**
- P5 Reclamación y crisis de opioides**
- P6 Decisiones saludables**
- P6 Información del contacto**

Parte D de Medicare

INFORMACIÓN

La inscripción en Medicare se realiza del 15 de octubre de 2018 al 7 de diciembre de 2018.

La Parte D de Medicare está disponible a un costo adicional. Para inscribirse en la cobertura de medicamentos recetados de Medicare, debe elegir un plan aprobado de Medicare que ofrezca cobertura de medicamentos recetados de Medicare.

Los planes de medicamentos recetados de Medicare tienen una lista de medicamentos cubiertos (también conocida como formulario) ubicados en diferentes niveles. Las recetas en cada nivel tienen un costo diferente; cuanto más bajo es el nivel, más bajos son los costos de los medicamentos para usted.

LO QUE DEBE RECORDAR

- 1) Cobertura de medicamentos recetados de Medicare provista como parte de los planes Medicare Advantage (como HMO o PPO). La mayoría de las personas con enfermedad renal en etapa terminal (ERET) solo pueden obtener cobertura de medicamentos recetados a través de un plan Medicare Advantage si ya pertenecen a un plan o si cambian a un plan diferente ofrecido por la misma compañía.
- 2) Conozca cómo funciona la Parte D con su otra cobertura de medicamentos (si tiene una cobertura adicional) antes de tomar una decisión. La cobertura de medicamentos que ya tiene puede cambiar debido a la cobertura de medicamentos de Medicare.

Vacunas

Nunca pierda una vacuna antigripal. Los expertos coinciden en que la vacuna antigripal es la mejor manera de protegerlo a usted y a sus seres queridos contra la gripe. Si está vacunado, tiene menos probabilidades de contraer la gripe. Y si se enferma, los estudios muestran que, cuando se vacuna, su enfermedad probablemente será más leve, lo que lo mantiene fuera del hospital.

Al vacunarnos, podemos prevenir la propagación de la gripe a las personas con mayor riesgo de enfermarse gravemente, como los niños

pequeños, las mujeres embarazadas, las personas mayores de 65 años y las personas con ciertas afecciones médicas.

Para obtener información adicional, consulte a su médico y visite los siguientes sitios web:

- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (<https://www.cdc.gov>)
- Departamento de Salud y Servicios Sociales de los Estados Unidos (<https://www.hhs.gov>)

Puntuaciones de desempeño del Programa de incentivo de calidad (QIP)

¿Qué es la puntuación de QIP?

El Programa de incentivo de calidad (QIP) promueve servicios de alta calidad en centros de diálisis para pacientes ambulatorios que tratan a pacientes con enfermedad renal de etapa terminal (ERET). Este programa cambia la forma en que los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) pagan el tratamiento de los pacientes con ERET al vincular una parte del pago directamente con el desempeño de los centros en las mediciones de calidad de la atención. Las reducciones de pago se producen cuando la puntuación general de un centro en las mediciones aplicables no cumple con los estándares establecidos.

¿Dónde puedo encontrar la puntuación de mi centro?

CMS informa públicamente las puntuaciones del QIP de ERET de los centros. Estas puntuaciones están disponibles en línea en [Comparación de centros de diálisis \(https://www.medicare.gov/dialysisfacilitycompare/\)](https://www.medicare.gov/dialysisfacilitycompare/). Además, se requiere que cada centro muestre un [Certificado de puntuación de desempeño](#) que indique su puntuación de desempeño total, así como su desempeño en cada una

de las mediciones de calidad identificadas para ese año.

¿Qué puedo hacer para ayudar a mejorar la puntuación del QIP de mi centro?

- Puede ayudar a reducir las infecciones del torrente sanguíneo al lavarse las manos antes y después de cada tratamiento.
- Únase a actividades de coordinación de la atención/participación del paciente y la familia, como participar en los días de promoción los grupos de apoyo entre compañeros, las reuniones de QAPI y las reuniones de planes de atención.

Preguntas de opción múltiple sobre la participación del paciente

1. ¿Cuál es la mejor manera de participar en mi centro?
 - A. Conviértase en un representante de los pacientes del centro.
 - B. Participe en todas las reuniones de pacientes/del centro (Mejora del aseguramiento de calidad o "QAPI") y en los días de promoción.
 - C. Únase al Comité Asesor de Pacientes (PAC) de ESRD Network.
 - D. Todas la anteriores.
2. ¿Tengo que ser un paciente para participar en mi centro?
 - A. Sí, solo los pacientes pueden participar activamente.
 - B. No, la participación del paciente está abierta a pacientes, familiares, cuidadores.
 - C. Ninguna.

Opciones de tratamiento: Historial del paciente



Mi nombre es Anisha Twymon. Elegí la diálisis peritoneal (DP) porque en ese momento luchaba contra la insuficiencia renal.

También me inscribí

en la universidad para obtener mi licenciatura en humanidades. La DP me permitió continuar la universidad, trabajar y recibir mis tratamientos de diálisis. La DP fue la mejor opción para mí porque me permitió ver a mis hijos todo lo que quería y les dio un poco de práctica con lo que su madre estaba pasando. A una edad temprana para todos nosotros, fue un gran cambio y realmente abrió nuestros ojos.

Con la DP tuve una vida normal. No tiene que vestirse para ir a sus tratamientos, puede obtenerlos en la comodidad de su hogar. Realicé mis tratamientos casi en cualquier lugar, siempre y cuando fuera un ambiente limpio para hacerlo. La DP me permitió terminar la universidad y trabajar. Mis clases duraban solo 90 minutos cada una, así que podía asistir a casi todas mis clases y realizar mi tratamiento en la oficina de mi profesor si tenía que hacerlo. Llevar el tratamiento con usted es fácil.

Otra gran razón para elegir la DP es que no una fístula o un injerto en el brazo. Tampoco toma tres días a la semana o tiene que salir de su cama para ir a la clínica.

¿Cuáles son mis opciones de tratamiento?

¿Sabía que tiene opciones según el tipo de tratamiento de diálisis que recibe? Consulte con sus médicos y en su centro sobre el mejor tratamiento para usted. Las opciones son las siguientes:

- Hemodiálisis en el centro.
- Diálisis nocturna en el centro.

- Hemodiálisis en el hogar.
- Diálisis peritoneal
- Lista de espera de trasplante

Queremos que esté bien informado sobre sus opciones de tratamiento y sobre cómo puede beneficiarse y sentirse capacitado para tomar decisiones sobre su atención médica.

Acceso vascular en pacientes con diálisis



Antes de que alguien pueda iniciar la diálisis, se necesita un acceso vascular como punto de entrada al torrente sanguíneo en el cuerpo. El acceso vascular permite que

la sangre circule a través de una máquina que filtra la sangre en busca de toxinas y exceso de líquidos. Si está leyendo esto, es probable que usted o alguien que conozca tenga que obtener un acceso de diálisis, o tal vez ya tenga uno colocado.

Hay tres tipos comunes de accesos vasculares utilizados en la hemodiálisis: una fístula arteriovenosa (fístula AV), un injerto arteriovenoso (injerto AV) y un catéter venoso central (conocido como CVC).

Para la mayoría de los proveedores, la fístula es el estándar de oro porque está hecha de los propios vasos del paciente, por lo general tiene una menor tasa de infecciones, tiene un menor riesgo de desarrollar coágulos, puede mejorar el flujo de sangre y, por lo general, dura muchos años.

El injerto es similar a la fístula y se considera la mejor opción si una fístula no es viable. El injerto se crea artificialmente, puede funcionar bien y tiene un buen flujo, sin embargo, tiende a tener mayor problemas de coágulos e infecciones que con una fístula. Los injertos pueden durar mucho

tiempo y pueden proporcionar un tratamiento adecuado si se cuidan adecuadamente. Eso incluye mantener la limpieza, rotar los sitios de punción y supervisar cualquier problema con el flujo de sangre. Por último, tenemos los catéteres o CVC. Muchas veces, las personas se refieren a los CVC como "catéteres permanentes", el cual ha dado erróneamente la impresión de ser una solución a largo plazo. Los catéteres tienen una mayor probabilidad de infectarse, formar coágulos o no proporcionar la eliminación adecuada de la sangre, en comparación con las fístulas y los injertos.

Si usted o un ser querido necesita diálisis, asegúrese de conocer los diferentes accesos disponibles. Haga su propia investigación, pero también consulte con su equipo de atención médica. Tomar una decisión informada lo ayudará a obtener el mejor acceso y tratamiento disponibles. En última instancia, tener el mejor tipo de acceso también puede beneficiarlo si elige ser incluido en la lista para el trasplante, ya que los pacientes con buenos resultados de diálisis generalmente tienen mejores resultados cuando reciben un trasplante de riñón.

Para obtener más información sobre el acceso vascular, comuníquese con su médico, el personal del centro o ESRD Network.

¿Cómo puede ayudar Network?



Si no está conforme con la atención que recibe en su unidad de diálisis o de trasplante, tiene derecho a presentar una reclamación. Si tiene alguna inquietud, puede

obtener ayuda al hablar con el personal de su clínica. Si eso no funciona o si siente que no puede conversar sobre su problema con alguien en el centro, puede llamar a Network o a la Agencia de Encuestas del Estado para obtener ayuda. A continuación, encontrará información sobre lo que Network puede y no puede hacer:

Podemos hacer lo siguiente:

- Investigar su reclamación en un esfuerzo por resolver cualquier problema que tenga en el centro de diálisis o de trasplante.
- Proporcionarles recomendaciones al personal y a usted sobre cómo mejorar el problema.
- Abogar por los derechos del paciente.
- Proporcionar información de contacto de otras unidades de diálisis y médicos.
- Colaborar con pacientes que tienen dificultades para mantener o encontrar un centro de diálisis.

- Proporcionar información general sobre la cobertura de ERET de Medicare.
- Remitir las quejas a otra agencia (algunas reclamaciones no pueden ser manejadas por Network y deben ser remitidas a otra agencia).

No podemos hacer lo siguiente:

- Hacer que un centro de diálisis, un centro de trasplantes o un médico admita a un paciente.
- Solicitar que un miembro específico del personal le brinde atención.
- Cambiar o involucrarse en las políticas y los procedimientos del personal de los centros.
- Ayudar con el pago de facturas o arreglos de transporte.
- Anular los requisitos de licencia/certificación estatales o federales.

Para presentar una reclamación, comuníquese con las siguientes agencias:

ESRD Network of Texas (877) 886-4435

(Para pacientes y centros en Texas)

ESRD Network 8 (877) 936-9260

(Para pacientes y centros en AL, MS, TN)

Crisis de los opioides: reducción del uso indebido de opioides

Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid están respondiendo a la epidemia de opioides al promover el manejo seguro y responsable del dolor, garantizar que los pacientes puedan acceder al tratamiento para el trastorno por uso de opioides y utilizar datos para abordar iniciativas de prevención y tratamiento.

En 2016, los opioides mataron a más de 42 000 personas o 116 personas por día. De este

número, aproximadamente el 40 % de todas las muertes por sobredosis de opioides se debieron a la prescripción de medicamentos opioides.

Se ofrece más información sobre esta epidemia en el próximo Boletín para pacientes que se publicará en 2019. También puede visitar el sitio web de CMS para obtener información adicional.

Decisiones saludables

Tomar decisiones saludables en su dieta puede ser un desafío. A veces parece más fácil comer en un restaurante de comida rápida o una cena congelada de su tienda local. Sin embargo, consideremos la cantidad de calorías, sodio, fósforo y potasio en esas comidas. La importancia de mantener buenos números como paciente con enfermedad renal crónica es fundamental para su salud. Puede preguntar cómo puedo preparar una

comida saludable con un presupuesto limitado. ¿Dónde encuentro recetas saludables? Puede encontrar numerosos sitios web, incluido el sitio de la National Kidney Foundation (NKF). También puede hablar con el nutricionista de su centro para obtener recetas saludables o inscribirse para recibir la ayuda de un asesor de salud con la NKF. Para comenzar, esta es una receta fácil, económica y deliciosa.

Pasta al pesto*

Ingredientes

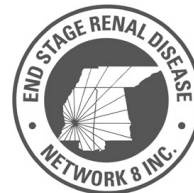
- 1 lb de lingüine
- 1/4 taza de aceite de oliva
- 1/4 taza de queso parmesano (rallado)
- 2 cdas. de hojas de albahaca (secas)
- 1/4 taza de perejil picado (fresco)
- 1 diente de ajo

Instrucciones de cocción

- 1) Combine todos los ingredientes, excepto la pasta sin cocer, en una licuadora o procesador de alimentos.
- 2) Mezcle o procese hasta que esté líquido.
- 3) Cocine la pasta en agua hirviendo sin sal según las instrucciones del paquete.
- 4) Mezcle la salsa con la pasta escurrida. Sirva caliente.

*Receta de la National Kidney Foundation:

<https://foodcare.com/static/recipe7>



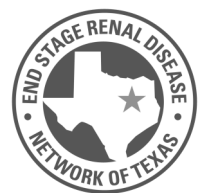
**ALABAMA
MISSISSIPPI
TENNESSEE**

Network 8, Inc.
(ESRD Network 8)

775 Woodlands Parkway
Suite 310
Ridgeland, MS 39157

601-936-9260 **oficina**
877-936-9260 **teléfono gratuito**
601-932-4446 **fax**
info@nw8.esrd.net

www.esrdnetwork8.org
¡Haga clic en "Me gusta"
en Facebook!



TEXAS

ESRD Network of Texas, Inc.
(ESRD Network 14)

4099 McEwen Road
Suite 820
Dallas, TX 75244

972-503-3215 **oficina**
877-886-4435 **teléfono gratuito**
972-503-3219 **fax**
info@nw14.esrd.net

www.esrdnetwork.org
Síganos en Twitter:
@ESRDNetworkofTX
Síganos en LinkedIn:
ESRD Network of Texas